



MAGISTERARBEIT

Titel der Magisterarbeit

Fußball im Wandel der Zeit – Die Veränderungen der
physiologischen Anforderungen im Sportspiel Fußball

Verfasser

Alfred Niefergall

Angestrebter akademischer Grad

Magister der Naturwissenschaften (Mag. rer. nat.)

Mannswörth, 24.6.2010

Studienkennzahl lt. Studienblatt: A 190 482 313
Studienrichtung lt. Studienblatt: Magisterstudium LA Bewegung und Sport
Betreuer: Ass.- Prof. Mag. Dr. Harald Tschan

Vorwort und Danksagung

Die Idee zu dieser Arbeit wurde in meiner ständigen Konfrontation mit dem Sportspiel Fußball geboren. Sowohl als Aktiver als auch mittlerweile in Trainerfunktionen tätig ist dieser Sport zu einem Teil meines Lebens geworden. Im Laufe meiner Karriere haben sich jedoch die Sicht- und Betrachtungsweisen bezüglich des Fußballs verändert. War es zu Beginn noch ausschließlich die Freude am Spiel, so entstanden doch im Laufe der Zeit viele Fragen, auf deren Antworten ich mich auf die Suche begab. Einige davon konnte ich bei der Erstellung dieser Arbeit beantworten, aber einige blieben unbeantwortet und um diese werde ich mich in Zukunft kümmern.

Dank möchte ich allen aussprechen, die nur in irgendeiner Art und Weise mit dieser Arbeit in Berührung gekommen sind, denn einige von ihnen wissen, wie viel es mir bedeutet, dieses Kapitel nach nicht notwendiger, aber langjähriger „intensiver“ Arbeit endlich zum Abschluss zu bringen und ein neues Kapitel in meinem Leben aufzuschlagen. Um dem Risiko zu entgehen, irgendeine Person zu vergessen, die des Dankes würdig wäre gilt mein Dank allen Bekannten, Freunden, Verwandten, Familie, Kollegen, die im Laufe der Zeit aktiv und passiv, bewusst und unbewusst, direkt oder indirekt in die Fertigstellung dieser Arbeit involviert waren. Nichtsdestotrotz ragen einige daraus hervor und eben jenen gilt mein spezieller Dank. Erstens Thomas Hickersberger, der durch seine Ideen ein ideologischer Mitbegründer dieser Arbeit ist, zweitens Christian Puchinger, der mir in der Zeit der Fertigstellung der Arbeit immer wieder mit Rat und Tat zur Seite stand und drittens Norbert Braunsdorfer. Er weiß warum! Natürlich möchte ich im gleichen Atemzug meinem Betreuer Ass.- Prof. Dr. Mag. Harald Tschan meinen Dank für seine Geduld und Unterstützung hiermit zum Ausdruck bringen.

Eine Form der Dankbarkeit, deren Ausmaß es mir unmöglich macht sie in Worten auszudrücken gilt meinen Eltern Alfred und Eva Niefergall sowie meiner Frau Ursula. Ihre jahrelange Unterstützung war die große Triebfeder zur Fertigstellung dieser Diplomarbeit und der Vollendung meines Studiums.

Diese Arbeit widme ich daher meiner Frau Ursula und meinen Eltern Alfred und Eva Niefergall.

Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre hiermit an Eidesstatt, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig und ohne Benützung anderer als der angegebenen Hilfsmittel angefertigt habe.

Fremde Quellen die als hilfreiche Bausteine meiner Arbeit gedient haben, sind als solche gekennzeichnet und im Anhang auch als solche ausgewiesen.

Diese Arbeit wurde bis heute in gleicher oder ähnlicher Form noch keiner Prüfungsbehörde vorgelegt und in weiterer Folge auch nicht veröffentlicht.

Mannswörth, _____
Datum Unterschrift

1. Einleitung.....	8
2. Faszination Fußball.....	11
3. Anforderungsprofil des Sportspiel Fußballs.....	13
3.1 Ansprüche an den Fußballer und das Spiel.....	13
3.2 Leistungskomponenten beim Fußballspiel.....	14
3.2.1 Kondition.....	15
3.2.1.1 Ausdauer.....	16
3.2.1.1.1 Begriffsbestimmung und Definition.....	16
3.2.1.1.2 Arten der Ausdauer.....	17
3.2.1.1.3 Bedeutung der Ausdauer im Fußball.....	19
3.2.1.2 Schnelligkeit.....	20
3.2.1.2.1 Begriffsbestimmung und Definition.....	21
3.2.1.2.2 Arten der Schnelligkeit.....	21
3.2.1.2.3 Bedeutung der Schnelligkeit im Fußball.....	23
3.2.1.3 Kraft.....	24
3.2.1.3.1 Begriffsbestimmung und Definition.....	25
3.2.1.3.2 Arten der Kraft.....	25
3.2.1.3.3 Bedeutung der Kraft im Fußball.....	27
3.2.1.3.4 Abhängigkeit Kraft und Schnelligkeit.....	29
3.2.1.4 Beweglichkeit.....	29
3.2.1.4.1 Begriffsbestimmung und Definition.....	30
3.2.1.4.2 Arten der Beweglichkeit.....	30
3.2.1.4.3 Agilität oder Gewandtheit.....	31
3.2.1.4.4 Bedeutung der Beweglichkeit und Agilität im Fußball....	32
3.2.2 Koordination.....	34
3.2.2.1 Begriffsbestimmung und Definition.....	34
3.2.2.2 Koordinative Fähigkeiten.....	34
3.2.2.3 Koordinative Anforderungen im Fußball.....	36
3.2.2.4 Bedeutung der Koordination im Fußball.....	37
3.2.3 Technik.....	38
3.2.3.1 Begriffsbestimmung und Definition.....	39
3.2.3.2 Formen der Technik.....	39
3.2.3.3 Differenzielles Lernen.....	41
3.2.3.4 Bedeutung der Technik.....	42
3.2.4 Psychische Eigenschaften.....	43
3.2.4.1 Persönlichkeit.....	43
3.2.4.1.1 Kognition.....	45

3.2.4.1.2	Emotion.....	45
3.2.4.1.3	Motivation und Volition.....	46
3.2.4.1.4	Aggression.....	48
3.2.4.1.5	Stress.....	49
3.2.4.1.6	Soziale Fähigkeiten.....	50
3.2.4.2	Bedeutung der psychischen Eigenschaften im Fußball.....	51
3.2.5	Gegenseitige Abhängigkeit der elementaren Faktoren.....	52
3.3	Zusammenfassung.....	53
4.	Historische Entwicklung der Spielsysteme.....	55
4.1	Definition und Begriffsbestimmung.....	55
4.2	Wandel der Systeme.....	56
4.2.1	Fußball in seinen Kinderschuhen.....	57
4.2.2	Das WM-System.....	59
4.2.3	Fußball mit nationalem Charakter.....	60
4.2.4	Der Schweizer Riegel oder Verrou.....	61
4.2.5	Das 4:2:4 System.....	61
4.2.6	Catenaccio.....	64
4.2.7	Der Totale Fußball.....	65
4.2.8	Konzeptfußball vs. Heroenfußball.....	67
4.2.9	Die Viererkette und der Tod des Liberos.....	68
4.2.9.1	Entstehung der Viererkette.....	68
4.2.9.2	Prinzipien ballorientierter Raumdeckung.....	69
4.2.9.3	Manndeckung vs. Raumdeckung.....	71
4.2.9.4	Platzmangel auf dem Spielfeld.....	73
4.2.9.5	Pressing.....	74
4.2.10	Der Spielstil.....	77
4.2.11	Das Verschwinden der Systeme.....	78
4.2.12	Der österreichische Weg.....	79
4.3	Zusammenfassung.....	81
5.	Quantitative Leistungsdiagnose im Fußball.....	82
5.1	Die Spielanalyse.....	82
5.2	Vergleichbarkeit der Daten.....	85
5.2.1	Zurückgelegte Wegstrecken.....	86
5.2.2	Bewegungsklassifikationen.....	88
5.3	Der gläserne Spieler.....	89
5.4	Die Veränderung der Laufleistungen und deren Intensitäten.....	92
5.4.1	Entwicklung der Laufleistung im internationalen Fußball.....	93

5.4.2	Entwicklung der Laufleistung in Österreich.....	96
5.4.3	Vergleich nationaler und internationaler Laufleistungen.....	98
5.4.4	Veränderung der Laufintensitäten im Fußball.....	99
5.5	Zusammenfassung und Ausblick.....	103
6.	Empirische Untersuchung zur Entwicklung im Fußball.....	105
6.1	Theoretische Grundlagen der qualitativen Forschung.....	105
6.1.1	Die Grundlagen der qualitativen Forschung.....	105
6.1.2	Das qualitative Interview.....	105
6.1.3	Die ausgewählten Interviewpartner.....	107
6.1.4	Die Auswertungsmethode.....	108
6.2	Die Trainer in der Einzelanalyse.....	109
6.2.1	Peter Schöttel, 26. März 1967.....	109
6.2.2	Josef Hickersberger, 27. April 1948.....	111
6.2.3	Thomas Hickersberger, 21. August 1973.....	113
6.2.4	Willi Ruttensteiner, 12. November 1962.....	114
6.2.5	Andreas Herzog, 10. September 1968.....	116
6.2.6	Frenkie Schinkels, 9.Jänner 1963.....	117
6.2.7	Thomas Janeschitz, 22. Juni 1966.....	118
6.2.8	Christian Prosenik, 7. Juni 1968.....	119
6.2.9	Dietmar Constantini, 30. Mai 1955.....	121
6.2.10	Petar Segrt, 8. Mai 1966.....	122
6.2.11	Dietmar Kühbauer, 4. April 1971.....	124
6.2.12	Karl Daxbacher, 15. April 1953.....	125
6.2.13	Peter Stöger, 11. April 1966.....	126
6.3	Die generalisierende Analyse.....	128
6.3.1	Der Spieler.....	128
6.3.2	Der Trainer.....	129
6.3.3	Die Rahmenbedingungen.....	129
6.4	Zusammenfassung und Ausblick.....	130
7.	Conclusio.....	131
8.	Literaturliste.....	133
9.	Anhang.....	137

9.1 Internetquellen.....	137
9.2 Abbildungsverzeichnis.....	138
9.3 Tabellenverzeichnis.....	139
9.4 Diagrammverzeichnis.....	140
9.5 Fragenkatalog.....	141
9.6 Trainerdaten.....	142
10. Lebenslauf.....	147

Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre hiermit an Eidesstatt, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig und ohne Benützung anderer als der angegebenen Hilfsmittel angefertigt habe.

Fremde Quellen die als hilfreiche Bausteine meiner Arbeit gedient haben, sind als solche gekennzeichnet und im Anhang auch als solche ausgewiesen.

Diese Arbeit wurde bis heute in gleicher oder ähnlicher Form noch keiner Prüfungsbehörde vorgelegt und in weiterer Folge auch nicht veröffentlicht.

1. Einleitung

Da ich seit mittlerweile über ein Vierteljahrhundert aktiv im Fußball beschäftigt bin und dies lange auch auf einer höheren Ebene als nur Amateurfußball, stellte sich mir vor allem in den letzten Jahren oftmals die Frage, was man eigentlich benötigt um gut Fußball zu spielen. Mit dem einhergehenden Übergang zum Trainer entwickelte sich auch eine andere Betrachtungsweise des Spiels. Nicht nur mehr der Spaß an sich stand im Vordergrund, sondern warum es innerhalb einer Mannschaft doch so große Unterschiede im Leistungsvermögen gab und trotzdem alle als Gesamtes eine funktionierende Einheit darstellten. In der langen Zeit in der ich aktiv tätig war und auch noch bin hat sich in den Ansprüchen an den Fußball sehr viel verändert. Nicht nur für mich selbst, sondern auch im österreichischen Spitzenfußball. Ich war auf der Suche nach den Gründen, warum Österreich im internationalen Fußball ins Niemandsland abgetaucht ist und von anderen Nationen überholt wurde, die früher klar besiegt werden konnten. Dazu war erstmal notwendig zu definieren, was ein Fußballer überhaupt benötigt um erfolgreich zu agieren. Weiters galt mein Interesse der Tatsache, ob Österreich es wieder schaffen könnte dorthin zu gelangen wo es einmal war, was mich zu folgenden Fragen führte.

Durch welche physiologischen Parameter unterscheidet sich der österreichische vom internationalen Fußball und sind diese Differenzen zu egalisieren? Ich wollte erstens ein gültiges Anforderungsprofil eines Fußballers erstellen, zweitens die Gründe aufdecken, warum der österreichische Fußball international an Bedeutung verloren hat und die Ursachen für diese Entwicklung darlegen, weil mir als zukünftiger Trainer sehr daran gelegen war zu wissen, was falsch lief und wie es auszubessern war. Aus heutiger Sicht stellt sich für mich klar heraus, dass es schwierig bis nahezu unmöglich wird im Konzert der großen Fußballnationen mitzutanzten, da diese Tatsache nicht nur auf den österreichischen sondern auf viele andere, gleichartige Fußballverbände zutrifft.

Um den Fußball als Ganzes zu verstehen hatte der Autor es als notwendig erachtet, weiter auszuholen und auch auf die Anfänge des Fußballs zu blicken um zu verstehen wie der Jetztzustand erreicht wurde und wo der österreichische Fußball stecken geblieben war. Die Arbeit soll eine Zeitleiste der Anforderungen an den Fußball geben, wobei die Herangehensweise auf hermeneutische und empirische Art und Weise erfolgte. Zuerst galt es hermeneutisch die geschichtliche Entwicklung und ein Anforderungsprofil zu erstellen. Unter zu Hilfenahme zahlreicher fußballspezifischer Literatur, Studien und Spielanalysen aus der Gegenwart und der Vergangenheit war es möglich jene Zeitleiste aufzustellen, bei deren Betrachtung dem Leser mit Klarheit die Veränderungen im Fußball vor Augen geführt werden konnten. Mittels aktueller Spielanalysen und Statistiken wurde dann ein direkter Vergleich zwischen dem österreichischen und dem internationalen Fußball angestellt um

Unterschiede oder Gemeinsamkeiten aufzudecken und die daraus resultierenden Schlüsse zu ziehen. Um nicht im heute oder morgen in der Vergangenheit festzustecken, galt das Interesse des Autors der Zukunft des Fußballs. Dazu wurden basierend auf einem eigenständig erarbeiteten Fragebogen Interviews mit österreichischen Spitzentrainern durchgeführt um die Probleme des österreichischen Fußballs zu eruieren bzw. seine Zukunft zu beleuchten. Diese 14 Trainerinterviews bilden den empirischen Teil dieser Arbeit und gemeinsam mit dem aktuellen Leistungsvergleich zwischen dem nationalen und internationalen Fußball den Kern.

Zu Beginn der Arbeit wird wie bereits erwähnt ein allgemeines Anforderungsprofil erstellt, wobei neueste Studien zeigen, dass es sehr wohl Unterschiede in den einzelnen Positionen gibt. Im Zuge der Erstellung lag erstens nicht der Fokus auf dieser Differenzierung und zweitens hätte die Arbeit in ihrem Ausmaß die verlangte Größenordnung bei weitem gesprengt. Dem Autor schien es wichtig klarzustellen, was für Fähigkeiten benötigt werden um Fußball auf hohem Niveau zu praktizieren.

Das nächste Kapitel beschreibt die geschichtliche Entwicklung des Fußballs um Eckpunkte zu verifizieren, die noch im heutigen Fußball Gültigkeit besitzen und die den Fußball zu dem gemacht haben, was er heute darstellt. Anhand dieser Veränderungen soll es möglich sein auch Parallelen zur Gegenwart um zum heutigen Fußball zu ziehen. Es erscheint sinnvoll zu wissen wie der Fußball in seinen Kinderschuhen praktiziert wurde um Veränderungen zum heutigen Spiel zu erkennen.

Das dritte große Kapitel besteht aus einer quantitativen Analyse und Gegenüberstellung des österreichischen und internationalen Fußballs, soweit dies unter der Berücksichtigung einer Vergleichbarkeit möglich ist, und bietet zudem einen kurzen Abriss über die Veränderungen im Fußball seit derer quantitative Fakten vorliegen.

Im vierten und vorletzten großen Kapitel werden die Trainerinterviews ausgewertet um daraus Schlüsse für gegenwärtige Momentaufnahmen und zukünftige Entwicklungen abzuleiten und das Thema damit abzuschließen.

Im letzten Kapitel, der Conclusio, werden die Erkenntnisse aus der Arbeit zusammengefasst und die Antworten auf die Fragestellungen in dieser Einleitung gegeben bzw. wiederholt

2. Faszination Fußball

Ein Ball, ob aus Leder oder zusammengewickelten Klebstoffbändern, zwei Markierungen, die als Tore dienen, eine mehr oder weniger geeignete Spielfläche und mindestens zwei Menschen werden benötigt, um Fußball zu spielen.

„Die einfache Spielidee, leicht verständliche Regeln, die Überschaubarkeit des Spielgeschehens auf dem großen Spielfeld und die besondere Atmosphäre machen einen Teil der großen Popularität aus. Noch mehr Faszination ergibt das Wechselspiel aus Planung und Intuition, mannschaftlicher Geschlossenheit und individuellem Freiheitsspielraum, Kalkulierbarem und Unvorhersehbarem, Zweikampfhärte und spielerischer Leichtigkeit, strategischer Order und hoher kreativer Spielkultur“. (Bisanz & Gerisch, 2008, S.22)

Dies sind viele Gründe für den Zulauf und die Popularität des Fußballs auf der ganzen Welt. Fußball ist der populärste Sport auf dem Erdball, was sich durch einige Zahlen belegen lässt, und zwar sind bei der FIFA (Fédération Internationale Football Association) etwa 40 Millionen Spieler/innen gemeldet, wobei man aber schätzt, dass rund 200 Millionen Menschen weltweit dem Ballspiel Fußball nachgehen. (Reinhold, 2008, S.2)

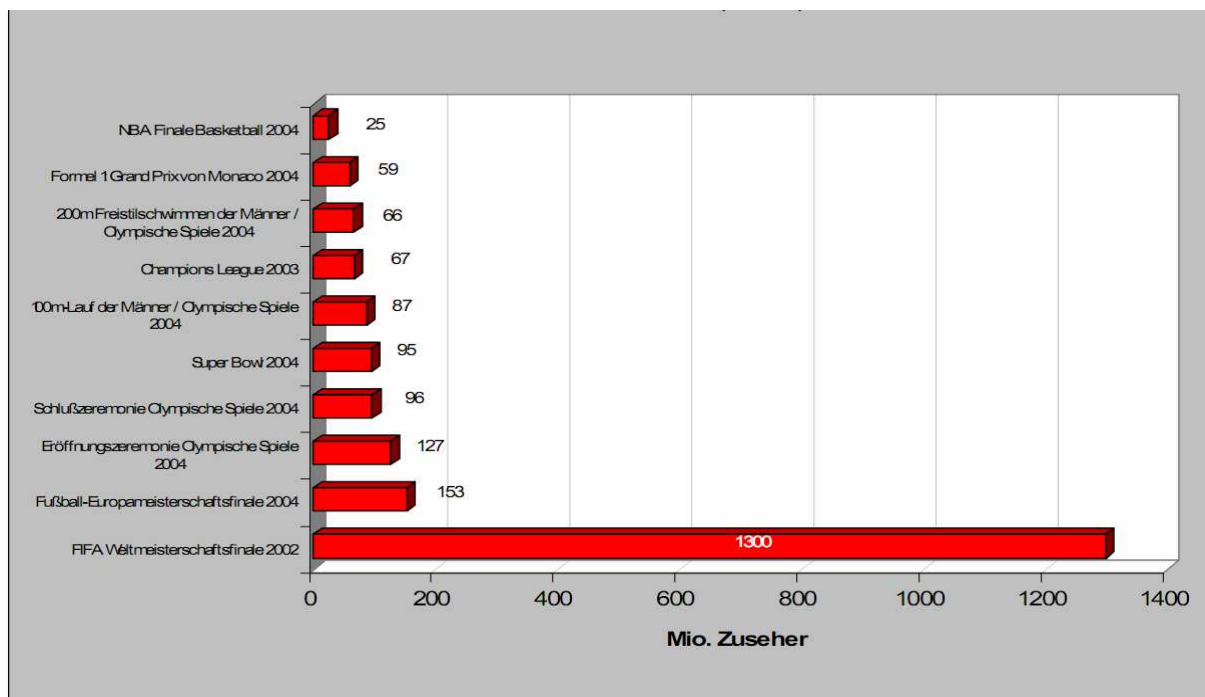


Abbildung 1: Popularität von Großveranstaltungen in Mio. Zuseher

Aus der vorangegangenen Abbildung ist ersichtlich, dass Fußball in punkto Beliebtheit über allen anderen Sportarten thront. Ein weiteres Indiz für die Beliebtheit des Fußballs sind die Zahlen, die bei den letzten Weltmeisterschaften erhoben wurden. Die Spiele der Fußballweltmeisterschaft 2002 wurden in 214 Ländern übertragen und von 28,8 Milliarden Menschen verfolgt. (siehe Abb. 1) Nur 4 Jahre später steigerte sich die Anzahl der Fußballzuschauer auf 32,5 Milliarden Menschen weltweit. (Mikos, 2007, S.21) 73.000 Stunden Programm bei rund 43.600 Übertragungen und einer Steigerung der

Senderanzahl bis zur WM in Deutschland von 232 auf nunmehr 376 auf dem ganzen Globus. (Horky, 2007, S.7)

Dieses Ausmaß der Fußballberichterstattung alleine im Fernsehen zeigt ganz klar, dass das vierwöchige WM-Turnier in seiner Kompaktheit als das größte Medienereignis der Welt bezeichnet werden kann und dementsprechend einen erheblichen wirtschaftlichen Faktor darstellt.

Und Österreich ist seit der Entwicklung des Fußballspiels Teil dieses Trends. In Österreich ist Fußball sowohl als Aktive/r als auch als passive/r Konsument/in der Lieblingssport der heimischen Bevölkerung. 592.400 Fußballspieler/innen sind bei über 2.200 Vereinen gemeldet, was den Österreichischen Fußballbund zum eindeutig größten aller Fachverbände hierzulande macht. (Felderer, Grozea-Helmenstein, Helmenstein, Kleissner, Schnabl, Treitler, 2005, S.10)

Die Europameisterschaft 2008 hat der Faszination Fußball in Österreich noch einen weiteren Kick gegeben. 155 Millionen Zuschauer/innen und mehr haben jedes der 31 Spiele der Euro 2008 live mitverfolgt. Die Fernsehzahlen stiegen um 33,9 % und 8 von 10 Österreicher/innen behaupten mindestens 1 Spiel live gesehen zu haben, was in dem Vorrundenspiel Österreich vs. Deutschland gipfelte, das mit 2,1 Millionen Zuschauer/innen das meist gesehene Fußballspiel der ORF-Geschichte darstellt. (W1)

Die Zahlen und Berichte sollen nur die Beliebtheit und das Ausmaß dieses Sports darstellen. Im Verhältnis dazu fällt die Anzahl der wissenschaftlichen Publikationen mit physiologischem und leistungsdiagnostischem Schwerpunkt relativ gering aus. (Reinhold, 2008, S.2)

3. Anforderungsprofil des Sportspiels Fußball

In diesem Kapitel wird auf die Basisanforderungen des Sportspiels Fußball näher eingegangen und versucht, unter Zuhilfenahme der entsprechenden Literatur dessen Komplexität so verständlich wie möglich zu illustrieren. Zur Darstellung des Anforderungsprofils werden jene charakteristischen Merkmale herangezogen, die in ihrer Gesamtheit das Belastungsprofil definieren sollen, wobei hierbei nur an der Oberfläche der Informationsbasis gearbeitet wird und nur kurze Vorstöße ins tiefe Detail erfolgen, da ansonsten die Arbeit in ihrem Ausmaß exponentiell ansteigen würde.

3.1 Ansprüche an den Fußballer und das Spiel

Die Beschreibung über die Anforderungen an den Fußballer und die Fußballerin sind so vielschichtig wie die Meinungen der Zuschauer/innen nach einem ausverkauften Heimspiel von Bayern München in der Allianzarena bezüglich des Spielverlaufs, Mannschafts- und Einzelkritik. Viele Aussagen werden sich gleichen, doch jede Wortmeldung wird sich von den anderen in irgendeiner Art und Weise unterscheiden. So meint Reilly (2000, S.99)

„Die Ansprüche für Hochleistungsfußballer sind viele und vielschichtig. Spieler benötigen die aerobe Kapazität, um Belastungen über 90 (manchmal auch 120 min) ertragen zu können. Weiters die Fähigkeiten über kurze Distanzen schnell beschleunigen zu können, zu verlangsamen oder die Richtung ohne vorherige Warnung zu ändern. Nebenbei muss der Spieler öfters hohe anaerobe Kräfte für Sprünge, Schüsse und Zweikämpfe entwickeln. Sie benötigen Beweglichkeit, um mit den Richtungswechseln zurechtzukommen, und muskuläre Beweglichkeit, um sich nach einem Ball zu strecken, oder stark verbundenes Gewebe, um physischen Traumata standzuhalten. Ihre muskuläre Zusammensetzung spiegelt sich in wiederholten Schüssen und Pässen sowie in den Energie erzeugenden Aktionen wider. Die Spieler neigen dazu eine größere Skelettmuskulatur zu besitzen als andere und haben ein mesomorphes oder muskuläres Aussehen. Sie können es sich nicht leisten Fettdepots mit sich herumzuschleppen, da sie das langsamer machen und ihre Sprungkraft negativ beeinflussen würde. In dieser Hinsicht ist der Fußballer einzigartig, da er eine Kombination von verschiedenen Charakteristika darstellt, die in anderen Sportarten limitierend wären.“

Eine inhaltlich ähnliche Ansicht von Fußball vertritt Bangsbo (1993, S16f), der meint, dass die Leistung im Fußball von den technischen, taktischen, physischen und psychisch-sozialen Fähigkeiten des/der Fußballers/Fußballerin abhängt, die alle in engem Zusammenhang stehen. Während eines Spiels ist der/die Spieler/in beginnend mit Stehen bis hin zu einem maximalen Sprint vielen verschiedenen und ständig wechselnden Belastungen ausgesetzt, was ihn eindeutig von Sportarten mit kontinuierlich hoher bzw. niedriger Belastung unterscheidet, wie sie etwa im 100m Sprint respektive im Marathon vorherrschen. Das bedeutet, dass die Anforderungen an den/die Fußballer/in wesentlich komplexer sind als in anderen Sportarten. Er benötigt die Fähigkeit, anhaltenden und intermittierenden Belastungen standzuhalten, die Fähigkeit, in höchsten Intensitäten zu arbeiten, die Fähigkeit zu sprinten und die Fähigkeit, maximale Kraftstöße zu entwickeln,

wie sie beim Schuss, Sprung oder beim Zweikampf notwendig sind. Bei vielen Topspielern/Topspielerinnen sind nur einige Kapazitäten dieser physischen Kategorien überdurchschnittlich ausgeprägt, sodass für den Erfolg die Notwendigkeit besteht, dass eine Teamstrategie entworfen wird, die alle positiven Eigenschaften der einzelnen Spieler/in zu einem Ganzen vereint.

Bloomfield, Polman und O'Donoghue (2009, S. 174) betonen dabei, dass zu all den genannten Aspekten noch Informationen aus einem Bewegungsbild sowie Verlangsamungen und Drehbewegungen hinzugefügt werden müssen.

Der Fußball gleicht in seiner Natur einem Intervalltraining, in dem es zu einem ununterbrochenen Wechsel zwischen hohen, höchsten und geringen Belastungen kommt. Die Spielleistung wird durch azyklische Bewegungsfähigkeit, aerobe und anaerobe Ausdauer sowie durch Motivation und Spielwitz bestimmt, sind sich die Autoren Nowacki, Krümmelbein und Preuhs einig (1992, S.33).

Die Simplizität der Aussage „Das Runde muss ins Eckige“ (Sepp Herberger) verbirgt anhand obiger Meinungen viele Erfordernisse, die nötig sind, um diesen Satz zu realisieren. Um diesen Anforderungen an den Fußball und Fußballer/in gerecht zu werden, ist es notwendig, das Spiel und den/die Spieler/in zu analysieren, um ihn/sie im Training gezielt auf den Wettkampf vorbereiten zu können.

Schlumberger (2006, S. 125) ist der Meinung, dass die Individual- und Teamleistungsfähigkeit im Fußball neben den Einflussgrößen Taktik, Technik und Psyche „vor allem von konditionell-physischen Faktoren“ abhängt und genau darauf konzentriert sich der Autor in den nächsten Abschnitten dieser Arbeit.

3.2 Leistungskomponenten beim Fußballspiel

Der/die Fußballer/in muss, wie aus dem obigen Absatz herauszulesen ist, über eine Vielzahl von Eigenschaften verfügen, um erfolgreich zu agieren. Namentlich genannt sind das technische, taktische, psychologische, soziale und physiologische Fähigkeiten. Der/die perfekte Spieler/in sollte taktisch geschult sein, mental stark, physisch präsent und vielseitig, über sehr gute technische Fertigkeiten verfügen, ein Teamplayer sein und die Mannschaft mitreißen können. Der Fußball ermöglicht aufgrund seiner Positionsspezifik einzelnen Spielern/Spielerinnen, dass sie Mängel in bestimmten Anforderungssegmenten durch überdurchschnittliche Leistungen in anderen Bereichen kompensieren können.

Weineck (2004, S. 15) versucht mit der folgenden Abbildung zu verdeutlichen, wie sehr die Wettkampfleistung des/der Fußballers/Fußballerin von vielseitigen sich gegenseitig bedingenden, beeinflussenden und voneinander abhängigen Faktoren geprägt ist.

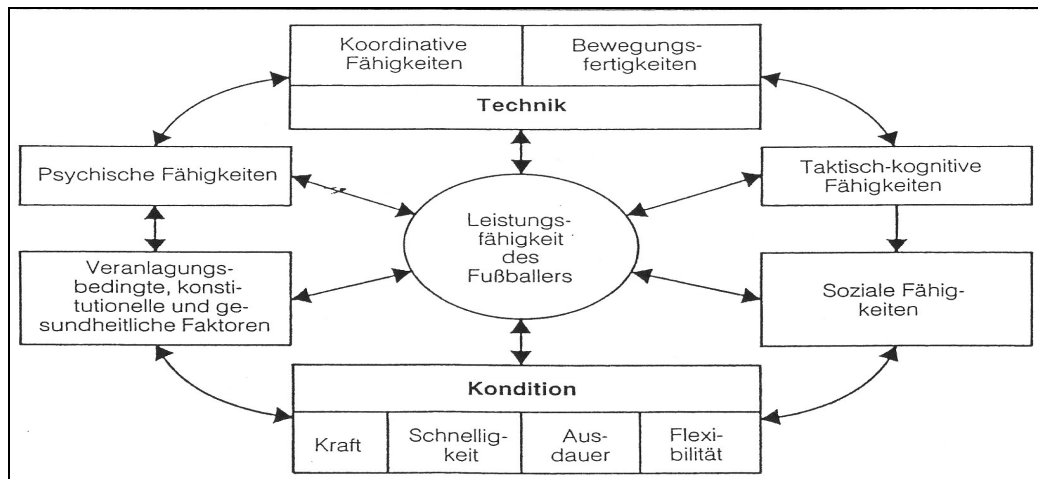


Abbildung 2: Komponenten der Leistungsfähigkeit des Fußballspielers (Weineck, 2004, S. 15)

All diese Komponenten stehen in enger Abhängigkeit voneinander, wobei jedoch die Kondition als eine Art Vorbedingung für die Stabilität in der Ausführung innerhalb der anderen Bereiche sorgt. Die Kondition stellt sozusagen das Fundament der körperlichen Leistungsfähigkeit dar, worauf basierend andere Mitkomponenten fußen bzw. aufbauen. Die Kondition wird durch energetische Faktoren und Prozesse bestimmt und bildet den Schwerpunkt der nächsten Kapitel in dieser Arbeit.

3.2.1 Kondition

Die Kondition ist diejenige Komponente der sportlichen Leistungsfähigkeit, die „im Niveau der körperlich-motorischen Fähigkeiten Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit sowie in deren komplexen Zusammenwirken zum Ausdruck“ kommt (Reinhold, 2008, S. 4).

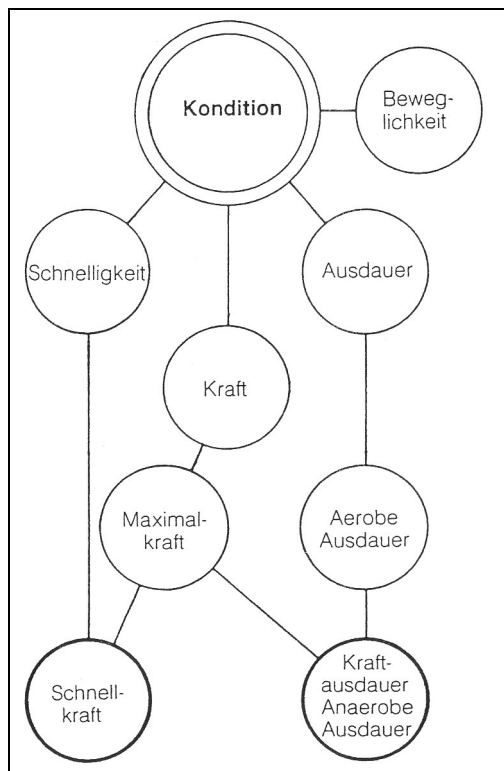


Abbildung 3: Komponenten der Kondition des Fußballers (nach SCHMIDTBLECHER et. Al. 1989, S. 7)

In Abbildung 3 wird den bereits genannten Faktoren und ihren Zusammenhängen noch die Beweglichkeit als vierter und, wie wir in weiterer Folge erfahren werden, nicht unwesentlicher Teil hinzugefügt.

3.2.1.1 Ausdauer

In der Literatur findet man eine Unzahl von Definitionen, die sich mit der Ausdauer und im Speziellen auch mit der Ausdauer im Fußball beschäftigen. Die Ausdauer stellt im Fußball einen determinierenden Faktor dar, denn wenn zwei gleich starke Mannschaften aufeinander treffen, so hat die Mannschaft mit den besseren Ausdauerwerten den Vorteil, das Spiel mit höherer Geschwindigkeit zu gestalten (Reilly, 2000, S. 100) und somit auch größere Chancen, den Sieg davonzutragen.

3.2.1.1.1 Begriffsbestimmung und Definition

Weineck (2004, S. 23) definiert die Ausdauer als die psychophysische Ermüdungswiderstandsfähigkeit bei längeren Belastungen und die Fähigkeit zur raschen Wiederherstellung nach Belastung. Die physische Ausdauer beinhaltet dabei die Fähigkeit des/der Spielers/Spielerinnen einem Reiz, der zur Intensitätsverringern bzw. zum Abbruch

einer Belastung auffordert, möglichst lange widerstehen zu können. Die physische Ausdauer stellt die Ermüdungswiderstandsfähigkeit des gesamten Organismus bzw. einzelner Teilsysteme dar.

Bangsbo (1994, S. 44), der unzählige Untersuchungen und Leistungsdiagnostiktests im Bereich Fußball durchgeführt hat, sieht die Ausdauer als „die Fähigkeit, anhaltende intermittierende Leistungen zu erbringen“.

Schnabel (2003, S. 165) fügt diesen eindeutig energetisch bestimmten Faktoren der Ausdauer noch einen weiteren Aspekt hinzu. Er sieht die sportliche Leistung auch an große Willensanstrengungen (Durchhaltevermögen) also psychische Komponenten gebunden.

Die Ausdauer im Allgemeinen wird von Pokan et al (2004, S. 156) als die psychophysische Ermüdungswiderstandsfähigkeit des/der Sportlers/Sportlerin definiert. In weiterer Folge bestehen durchwegs einige Möglichkeiten, die Ausdauer weiter zu unterteilen, und zwar in allgemeine und spezielle Ausdauer, in lokale und allgemeine Ausdauer, in aerobe und anaerobe Ausdauer, in dynamische und statische Ausdauer, in Kurz-, Mittel- und Langzeitausdauer und in Kraft-, Schnelligkeits- und Schnellkraftausdauer.

Um diese Definitionen verkürzt und vereinfacht auf den Punkt zu bringen, bedeutet Ausdauer erstens einer Ermüdung zu widerstehen und zweitens Wiederherstellungsfähigkeit. Der folgende Teil beschäftigt sich mit den unterschiedlichen Ausdauerarten und Ausprägungsformen.

3.2.1.1.2 Arten der Ausdauer

Bei den Ausprägungsgraden und der Veranschaulichung der Arten der Ausdauer ist sich die Wissenschaft ziemlich einig. Weineck (2004, S. 23) bezieht sich bei der Auflistung der verschiedenen Ausdauerarten auf ihre Erscheinungsformen und kategorisiert wie folgt:

- Unter dem Aspekt der beteiligten Muskulatur differenziert man allgemeine und lokale Ausdauer.
- Unter dem Aspekt der Sportartspezifität differenziert man allgemeine und spezielle Ausdauer.
- Unter dem Aspekt der muskulären Energiebereitstellung differenziert man aerobe und anaerobe Ausdauer.
- Unter dem Aspekt der Arbeitsweise der Muskulatur differenziert man dynamische und statische Ausdauer.

➤ Unter dem Aspekt der motorischen Hauptbeanspruchungsformen differenziert man Kraft-, Schnellkraft-, Sprintkraft- und Schnelligkeitsausdauer.

➤ Unter dem Aspekt der Zeitdauer differenziert man Kurz-, Mittel- und Langzeitausdauer.

Zintl (1990, S. 31) unterteilt die verschiedenen Arten der Ausdauer sehr detailliert nach speziellen und unterschiedlichen Kriterien, wobei er nicht nur jedem eigenen Kriterium seine subklassifizierte Charakteristik zuweist, sondern zusätzlich differenziertere Ausprägungsformen der Ausdauer hinzufügt.

Kriterium	Name	Charakteristik	Quelle, Autor
Umfang der beanspruchten Muskulatur	– lokale A. – regionale A. – globale A.	< 1/3 der Muskulatur 1/3–2/3 der Muskulatur > 2/3 der Muskulatur	Saziorski
	– lokale A. – allgemeine A.	< 1/6–1/2 der Muskulatur > 1/6–1/2 der Muskulatur	Hollmann/ Hettinger
Art der vorrangigen Energiebereitstellung	– aerobe A.	bei ausreichendem Sauerstoffangebot	Hollmann/ Hettinger
	– anaerobe A.	ohne Sauerstoffbeteiligung	
Arbeitsweise der Skelettmuskulatur	– dynamische A.	bei kontinuierlichem Wechsel von Spannung u. Entspannung	Hollmann/ Hettinger
	– statische A.	bei Dauerspannung	
Zeitdauer der Beanspruchung bei höchstmöglicher Belastungsintensität	– Kurzzeit-A. – Mittelzeit-A. – Langzeit-A. I – Langzeit-A. II – Langzeit-A. III – Langzeit-A. IV	35 sec–2 min 2 min–10 min 10 min–35 min 35 min–90 min 90 min–6 Stdn. über 6 Stdn.	Harre/ Pfeifer
Zusammenhang mit anderen konditionellen Fähigkeiten bzw. Belastungssituationen	– Kraftausdauer – Schnellkraft-A. – Schnelligkeits-A. – Sprintausdauer – Spiel-/Kampf-A. – Mehrkampf-ausdauer	80–30%iger Maximalkraftanteil explosive Bewegungsausführung submaximale Geschwindigkeiten maximale Geschwindigkeiten variable Belastungsphasen hohe Belastungsdichte bzw. wechselseitige Beeinflussung	Nett, Matwejew
Bedeutung für sportart-spezifisches Leistungsvermögen	– Grundlagen-A.* (allg. A.)	Basisvermögen für verschiedene sportl. Bewegungstätigkeiten	Saziorski, Nabatnikowa, Martin
	– spezielle A.	Anpassung an die Beanspruchungsstruktur einer A.-Disziplin	

* Grundlagenausdauer wird nach Nabatnikowa auch als ein Teil der spezifischen Ausdauer gesehen. Sie bereitet die wettkampfspezifische Ausdauer vor.

Abbildung 4: Strukturierung der Ausdauer nach verschiedenen Einteilungskriterien (Zintl, 1990, S. 31)

3.2.1.1.3 Bedeutung der Ausdauer im Fußball

Die entscheidenden Phasen im Spiel sind von den anaeroben Fähigkeiten des/der Spielers/Spielerin abhängig, aber diese lagern nur auf dem Hintergrund großer submaximaler aerober Aktivitäten (Reilly, 2003, S.70). Reilly versucht durch diese Aussage klarzustellen, dass der Fußballer ein Fundament benötigt, um vielseitig handlungsfähig zu sein, und dass die Ausdauer diese Basis darstellt.

Bisanz und Gerisch (2008, S. 107) schließen sich der Meinung von Reilly an und präzisieren, dass das Spiel von heute große Anforderungen an Schnelligkeit und den taktischen Bereich stellt und dass die Grundlage zu diesen komplexen Anforderungen, wie Antritte, Dribblings, Beschleunigen und erhöhte Konzentrationsleistungen taktischer Natur, die Ausdauerleistungsfähigkeit darstellt. Sie ergänzen, dass eine gute Ausdauerleistungsfähigkeit zusätzlich eine hohe Effizienz und Ökonomie der Energiebereitstellung und Verarbeitung bei Spiel- und Trainingsprozessen liefern, was sich positiv auf die regenerative Phase nach Belastungen auswirkt.

Nach Weineck (2004, S. 27) ist eine gut bzw. ausreichend entwickelte Grundlagenausdauer eine:

- Erhöhung der physischen Leistungsfähigkeit
- Optimierung der Erholungsfähigkeit
- Minimierung von Verletzungen
- Steigerung der psychischen Belastbarkeit
- Vermeidung ermüdungsbedingter taktischer Fehlverhaltensweisen
- Verringerung technischer Fehlleistungen
- Konstant hohe Reaktions- und Handlungsschnelligkeit

Jakobs (2003, S. 5) sieht in einer gut ausgeprägten Ausdauer die Möglichkeit, das Spieltempo hoch zu halten, taktische und technische Aufgaben situationsgerecht zu lösen, erhöhte Trainingsumfänge und –intensitäten zu verkraften, nach Belastungen schneller zu regenerieren sowie eine sehr gute Verletzungsprophylaxe.

Da es sich beim Fußball um eine Sportart mit ständig wechselnden Intensitäten handelt, besitzt sie eher einen azyklischen Charakter. Daher ist es für den Fußballer notwendig, über Ressourcen zu verfügen, die ihn dazu befähigen, einen längeren Zeitraum mit stark intermittierendem Tempo zu laufen, und dazu benötigt er eine gut ausgeprägte allgemeine (Grundlagenausdauer) und sportartspezifische (fußballspezifische) Ausdauer. Eine gut

ausgebildete allgemeine Ausdauer bildet die Basis, auf der sich die fußballspezifische Ausdauer sehr gut entwickeln lässt (Reinhold, 2008, S.7).

Die fußballspezifische anaerobe (überwiegend alaktazide) Ausdauer ist laut Weineck (2004, S. 29f) zwar sehr stark von der allgemeinen Ausdauer abhängig, bildet jedoch eine eigene Größe, die durch spezielle Trainingsmethoden und –inhalte verbessert werden kann und folgende Auswirkungen hat:

- eine spezifische Konditionierung der für das Fußballspiel charakteristischen Leistungsmuskulatur, für energetisch optimale Absicherung spieltypischer Bewegungsmuster (Richtungswechsel, Antritte, Torschüsse, Dribblings etc.)
- eine gute Verträglichkeit wiederholter, intermittierender Laufbelastungen, explosiver Antritte und Sprünge, Dribblings mit hohem Tempo, wuchtiger Torschüsse und Kopfbälle.
- die Fähigkeit, über die gesamte Spielzeit Tempowechsel problemlos zu ertragen und insgesamt ein hohes Spieltempo gehen zu können
- die Fähigkeit Antritte, Sprünge, Dribblings und Schüsse mit maximalem Tempo bzw. höchster Dynamik über die gesamte Spielzeit absolvieren zu können

Durch diese Veranschaulichung der Ausdauer ist eindeutig klargestellt, dass sie bei optimalem Ausprägungsgrad nicht nur einen erheblichen Anteil an positiven Leistungen besitzen kann, sondern auch Teil der Basis für erfolgreiches Lernen ist.

3.2.1.2 Schnelligkeit

Messi, Rooney, Christiano Ronaldo, Robben, Ribery sie alle verbindet, neben der Tatsache, dass sie im Moment zu den weltbesten Fußballspielern gehören, ein weiteres Faktum: Schnelligkeit, in ihren verschiedensten Ausprägungsgraden. In einem ständig an Dynamik und Geschwindigkeit zunehmendem Fußballspiel setzen sie Maßstäbe für die Zukunft. Wie auch bei der Ausdauer haben sich viele Autoren/Autorinnen dem Begriff der Schnelligkeit angenommen und versucht, ihm in Definitionen die persönlich wichtigsten Argumente beizumessen. Bisanz und Gerisch (2008, S. 182) sehen in der Schnelligkeit die wichtigste konditionelle Leistungsvoraussetzung im Fußball, da sie anlagenbedingt ist und einer Verbesserung engere Grenzen gesetzt sind, als etwa der Kraft oder der Ausdauer.

3.2.1.2.1 Begriffsbestimmung und Definition

Schnabel, Harre und Borde (1997, S. 140) sehen in der Schnelligkeit eine

„koordinativ - konditionell determinierte Leistungsvoraussetzung, um in kürzester Zeit auf Reize zu reagieren bzw. Informationen zu verarbeiten sowie Bewegungen oder motorische Handlungen unter erleichterten und/oder sportartspezifischen Bedingungen mit maximaler Bewegungsintensität ausführen zu können, wobei durch eine sehr kurze Belastungsdauer eine Leistungslimitierung durch Ermüdung ausgeschlossen wird“.

Dass Schnelligkeit nicht einfach nur bedeutet, schnell zu sein, sondern sich wesentlich komplexer darstellt, beschreiben Bendek und Palfai (1980, S. 10) damit, dass sie die Schnelligkeit als eine sehr vielseitige Fähigkeit darstellen, zu der nicht nur das schnelle Reagieren und Handeln, sowie der schnelle Start und Lauf, die Schnelligkeit der Ballbehandlung, das Sprinten und Abstoppen, sondern in weiterer Folge auch das schnelle Erkennen und Ausnutzen der jeweils vorhandenen Situation gehört.

Grosser (1991, S. 13) fügt den physischen Attributen noch die Erfahrungswerte hinzu, indem er meint, dass Schnelligkeit im Sport die Fähigkeit ist, „aufgrund kognitiver Prozesse, maximaler Willenskraft und der Funktionalität des Nerv-Muskel-Systems höchstmögliche Reaktions- und Bewegungsgeschwindigkeit unter bestimmten gegebenen Bedingungen zu erzielen“.

Weineck (1997, S. 397) bietet überdies und abschließend eine praktikable Zusammenfassung der vorliegenden und vieler hier nicht publizierten Definitionen der Schnelligkeit: „Die motorische Schnelligkeit stellt sich somit als eine psychisch-kognitiv – koordinativ - konditionelle Fähigkeit dar, die genetischen, lern- und entwicklungsbedingten, sensorisch-kognitiv-psychischen, neuronalen, sowie tendo - muskulären und energetischen Einflussgrößen ausgesetzt ist.“

3.2.1.2.2 Arten der Schnelligkeit

Schnell zu sein kann vieles bedeuten. Die Aussagen über Spieler/innen und Schnelligkeit sind unzählig und doch bezieht sich der/die allgemeine Fußballzuseher/in auf die motorische Laufschnelligkeit. Dass sich Schnelligkeit in seiner Ausprägungsform sehr vielschichtig und diffizil darstellt, ist dem/der Laien/Laiin nicht geläufig.

Die allgemeine Schnelligkeit und im Speziellen die Schnelligkeit des/der Fußballers/Fußballerin setzt sich sowohl aus motorischen und psychischen Komponenten sowie Mischformen dieser beiden grundlegenden Elemente zusammen. Wineck (2004, S. 378) veranschaulicht sie folgendermaßen:

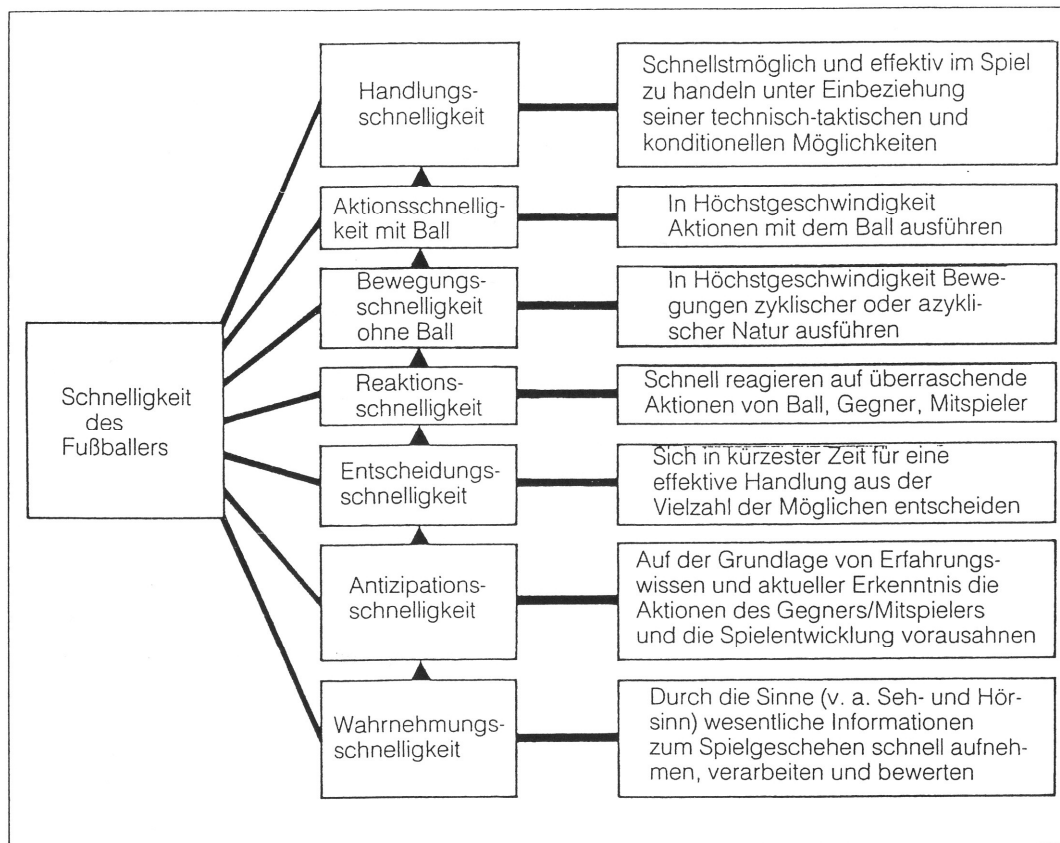


Abbildung 5: Teileigenschaften der Schnelligkeit und ihre Bedeutung für die Leistungsfähigkeit des Fußballers (Weineck, 2004, S. 378)

Bei genauerem Betrachten fällt auf, dass im Fußballspiel keine dieser Eigenschaften in seiner Reinform vorkommt, sondern ständig mit anderen gekoppelt ist. Tendenziell gesehen bilden Aktionsschnelligkeit und Bewegungsschnelligkeit den motorischen Block der Schnelligkeit, wohingegen die Entscheidungs-, Antizipations- und Wahrnehmungsschnelligkeit auf der kognitiv-psychischen Ebene abgelagert wird. Die Reaktionsschnelligkeit beruht auf jenen eben genannten kognitiv-psychisch determinierten Schnelligkeitseigenschaften und fließt gemeinsam mit der Aktionsschnelligkeit in die Handlungsschnelligkeit als komplexeste Teileigenschaft der Schnelligkeit ein (vgl. Weineck, 2004, S. 390).

Die Bewegungsschnelligkeit ohne Ball bedarf genauerer Betrachtung, da sie der Meinung vieler Wissenschaftler die mitunter wichtigste Schnelligkeitskomponente im Fußball beinhaltet. Laut Dargatz (2001, S. 69f) unterteilt sich die Bewegungsschnelligkeit ohne Ball in eine zyklische (Antritte und Läufe, die zu bestimmten Aktionen führen, Lauf zum Ball, Gegner/in oder Mitspieler/in, sich vom/von der Gegner/in lösen, in den freien Raum laufen, der vorbereitende Lauf zum Sprung etc.) und azyklische (Sprünge, Drehungen, Tacklings, abrupte Stoppbewegungen, Finten etc.) Bewegungsschnelligkeit.

Die zyklische Bewegungsschnelligkeit unterteilt sich laut Weineck (2004, S. 398) aus fußballspezifischer Sicht in die Grundschnelligkeit, Sprintausdauer und die Schnelligkeitsausdauer. Widersprüche gibt es hierbei nur bei der Betrachtungsweise der Grundschnelligkeit, die Weineck (2004, S.399) als identisch mit der Antrittsschnelligkeit oder Sprintkraft und von überragender Bedeutung sieht, wohingegen Reinhold (2008, S. 35) die Antrittsschnelligkeit als die Schnelligkeit auf den ersten fünf Metern beschreibt. Beschleunigungsvermögen wird auf den ersten zehn Metern gemessen und die Schnelligkeitsfähigkeit über dreißig Meter wird als Grundschnelligkeit gekennzeichnet. Einigkeit besteht unter allen Wissenschaftlern hinsichtlich der immensen Bedeutung jener zyklischen und oftmals Spiel entscheidenden Schnelligkeitsfähigkeit, der Antrittsschnelligkeit, wenn laut Schlumberger (2006, S. 125) 96 % der Sprints in einem Fußballspiel Distanzen von bis zu dreißig Metern aufweisen, davon aber 49 % zehn Meter und kürzer sind.

Die Sprintausdauer ist laut Dargatz (2001, S. 75) die Fähigkeit eines Spielers während des gesamten Spiels eine große Zahl an maximalen, hochintensiven Läufen zu absolvieren, ohne dass es dabei zu merkbaren und nennenswerten Leistungseinbußen kommt.

Die Schnelligkeitsausdauer, die Weineck (2004, S. 399) als maximale Geschwindigkeit, die über einen längeren Zeitraum aufrechterhalten werden kann, versteht, stellt im Fußball im Unterschied zur Leichtathletik eine untergeordnete Rolle dar.

3.2.1.2.3 Bedeutung der Schnelligkeit im Fußball

Die Bedeutung der Schnelligkeit im Fußball wird von allen Wissenschaftlern/Wissenschaftlerinnen hervorgehoben, so sieht Frick et al. (1994, S. 266) hohe Anforderungen an Antizipationsfähigkeit, Reaktions- und Aktionsschnelligkeit der Spieler/innen, denn Aktionen, wie Dribblings, Täuschungen oder Stellen und Attackieren des/der gegnerischen Ballbesitzers/Ballbesitzerin müssen mit höchsten Intensitäten durchgeführt werden, um die Chance auf ein erfolgreiches Ergebnis zu erhöhen.

Bangsbo (1993, S. 111) verdeutlicht ebenfalls den Faktor Schnelligkeit und seine Determinanten, indem er meint, dass die Fähigkeit, wiederholte, maximale und hochintensive Kraftstöße durchführen zu können, im Fußball von größter Bedeutung ist.

Stolen et al. (2005, S. 503) kehren statistisch hervor, dass während eines Fußballspiels alle neunzig Sekunden eine Sprintbelastung vorkommt, die ca. 2-4 Sekunden andauert. Die Sprintdistanz beträgt in etwa 1-11 % der gesamten zurückgelegten Laufstrecke während eines Spiels, das sind ca. 0,5 – 3 % der effektiven Spielzeit, also wenn sich der Ball im Spiel befindet. Jeder/Jede Spieler/in führt während eines Spiels ungefähr 1000-

1400 vorrangig kurze Bewegungen durch, die alle 4-6 Sekunden wechseln. Bei den Bewegungen handelt es sich um: 10-20 Sprints, hochintensive Läufe ca. alle 70 Sekunden, etwa 15 Zweikämpfe, 10 Kopfbälle, 50 Involvierungen mit dem Ball, 30 Pässe und eine Vielzahl von Tempoänderungen, um sich gegnerischen Balleroberungsversuchen zu entziehen und den Ball unter Kontrolle zu bringen.

Schlumberger (2006, S. 125) bekräftigt die immense Bedeutung der Schnelligkeit, indem er feststellt, dass Sprints und Sprungkraftaktionen im Sinne des erfolgreichen Handelns im Spiel als dominierende Aktionen betrachtet werden, da sie wesentlich zur Ballgewinnung, Ballverteidigung sowie zur Torerzielung und Torvermeidung beitragen.

Sampaio und Macas (2005, S. 123) konnten Liga abwärts ein signifikant schlechteres Schnelligkeitsvermögen feststellen. Power et al. (2005, S. 128) präzisierten dieses Faktum, indem sie nur signifikante Unterschiede zwischen dem „first team“ und „reserve team“ zugunsten des „first teams“ bei Läufen erkannten, bei denen es zu Richtungsänderungen kam.

Sampaio und Macas (2005, S. 122) behaupten, dass das Ergebnis eines Spiels von der Fähigkeit eines/einer Spielers/Spielerin abhängig sein kann, der/die es schafft, schneller zu sein als sein/ihre Gegner/Gegnerin.

Weineck (2004, S. 379) bringt es zusammenfassend und vereinfacht auf den Punkt.

„Sowohl im Angriff als auch in der Abwehr entscheidet die Schnelligkeit oftmals über Sieg oder Niederlage. Der/die Angriffs- bzw. Abwehrspieler/in, der/die um einen Schritt schneller, um eine Fußspitze früher, um eine Idee eher am Ball ist, erzielt bzw. verhindert unter Umständen das Spiel entscheidende Tor“.

3.2.1.3 Kraft

Slow motion Bewegungen und Superzeitlupe von Nahaufnahmen professioneller Fußballspieler/innen sowie das Brauchtum nach internationalen Wettbewerbsspielen das Trikot zu tauschen, lassen uns erkennen, dass auf dem Sektor Fitness und vor allem Kraft im Fußballbereich große Fortschritte gemacht wurden. Das Bild des durchtrainierten Modellathleten prägt im Moment Cristiano Ronaldo wohl am besten, wobei viele seiner Kollegen/Kolleginnen im Fußballbereich einen Vergleich nicht scheuen müssen. Kraft in ihren verschiedensten Formen wird in der heutigen Fußballwissenschaft als wichtiger Faktor wahrgenommen und auch dementsprechend gefördert.

3.2.1.3.1. Begriffsbestimmung und Definition

Schnabel et al. (2003, S. 146) sehen die Kraft unter dem Aspekt der Kondition als Fähigkeit des/der Sportlers/Sportlerin „Widerstände durch willkürliche Muskelkontraktion zu überwinden bzw. äußeren Kräften entgegenwirken zu können“. Weiters sehen sie die Kraft als eine energetische Basis sportlicher Leistungen, bei denen die beanspruchten Muskeln mehr als 30 % ihrer maximal verfügbaren Kraft einsetzen müssen.

Stemper (2003, S. 79) sieht Kraft als die Fähigkeit des Nerv-Muskel-Systems, durch Muskeltätigkeit einen äußeren Widerstand zu überwinden (konzentrische Muskelaktion, im Fußball das eigene oder ein fremdes Gewicht bewegen) ihm entgegenzuwirken bzw. bremsend nachzugeben (exzentrische Muskelkontraktion, im Fußball nach einem Kopfball landen oder abbremsende Bewegungen durchführen) oder ihn zu halten (isometrische Muskelkontraktion). Kraft ist somit die wirkende Ursache für Bewegung.

Da nach Weineck (2004, S. 201) eine präzise Definition der Kraft, die sowohl die psychischen und physischen Aspekte mit einbezieht, im Gegensatz zur physikalischen Bestimmung erhebliche Probleme bereitet, werde ich im nächsten Kapitel die für den Fußball relevanten Kraftarten genauer bestimmen und ausformulieren.

3.2.1.2.2 Arten der Kraft

Kraft ist nicht gleich Kraft und muss dementsprechend auch genau analysiert, definiert und in weiterer Folge auch richtig trainiert werden, um auch in jenen Leistungsbereichen Verbesserungen zu erzielen, in denen sie auch vorgesehen sind. Weineck (2004; S. 201) versucht mit der folgenden Abbildung die Wechselbeziehungen und die Hauptformen der Kraft, nämlich die Kraftausdauer, die Maximalkraft sowie die Schnellkraft und ihre Subkategorien bzw. Mischformen darzustellen.

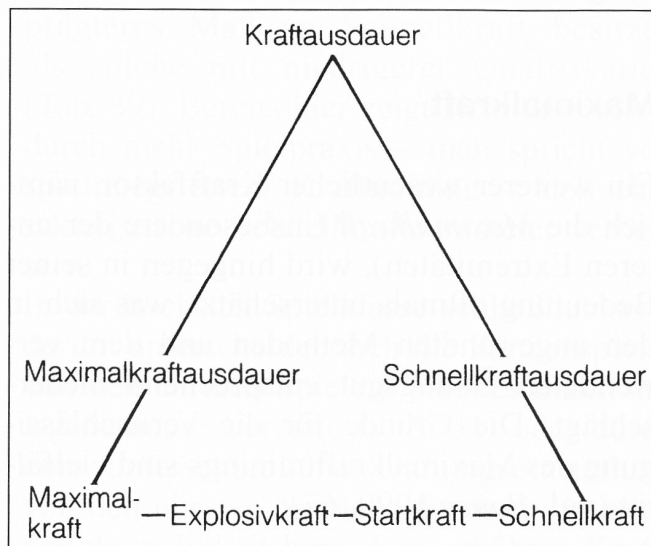


Abbildung 6: Wechselbeziehungen der drei Hauptformen der Kraft

Die *Schnellkraft* ist mit Sicherheit jene Kraftkomponente, die im Fußball am meisten gefordert ist. Sie kommt in vielen Aktionen, wie Sprüngen, Schüssen, Würfeln, Antritten (Beschleunigungen) oder Richtungswechseln, abrupten Stoppbewegungen, Finten (bremsende Krafteinsätze) vor und bestimmt oftmals zwischen positivem oder negativem Ausgang eines 1 gegen 1 Duells auf dem Platz.

Die *Schnellkraft* definiert sich nach Dargatz (2001; S. 21) „als die Fähigkeit des neuromuskulären Systems, hohe Widerstände mit hohen Kontraktionen zu bewältigen“. Sie ist in weiterer Folge von der Maximalkraft, der Kontraktionsgeschwindigkeit der Muskulatur, vom Muskelzusammenspiel (intramuskuläre Koordination) und vom Muskelquerschnitt (Maximalkraftanteil) abhängig.

Grosser (1995, S. 70) versteht unter der *Schnellkraft* „die Fähigkeit, mittels des neuromuskulären Systems Widerständen (z.B. dem eigenen Körper, Körperteilen oder Sportgeräten) auf einem vorgegebenen Weg oder einer festgelegten Zeit einen hohen Kraftstoß zu erteilen“.

Die *Maximalkraft* bezieht sich laut Stolen et al. (2005, S. 503) auf die höchste Kraft, die das neuromuskuläre System bei einer maximalen willkürlichen Kraftanstrengung aufbringen kann (one repetition maximum, 1 RM), wohingegen die Schnellkraft ein Produkt aus Kraft und Schnelligkeit darstellt, innerhalb einer vorgegebenen Zeit den größtmöglichen Impuls zu geben. Daher führt eine Verbesserung der Maximalkraft nicht nur zu einer Erhöhung der relativen Kraft, sondern auch zu einer Steigerung der Schnellkraftfähigkeiten.

Dargatz (2006, S. 100) definiert die *Kraftausdauer* als „Widerstandsfähigkeit gegen Ermüdung bei lang anhaltenden oder sich wiederholenden Belastungen“. Sie ist genauso wie die Schnellkraft in großem Maße von der Maximalkraft und in weiterer Folge von der

aeroben und anaeroben Ausdauer abhängig. Unterschieden wird zwischen Kraftausdauer und Schnellkraftausdauer, wobei Letztere für den/die Fußballspieler/in von immenser Bedeutung ist, da er/sie über 90 min. in der Lage sein muss, schnellkräftig ohne Leistungseinbußen und dadurch erfolgreich zu agieren. Die *Kraftausdauer* hingegen ist bei der Ausbildung einer optimalen ausgeprägten Rumpfmuskulatur von großer Wichtigkeit.

Eine sehr interessante und gänzlich andere Einteilung bezüglich Kraft im Fußball hat Bangsbo (2003, S. 228) getroffen. Er unterteilt die Kraft im Fußball in

- *Basic strength* – bedeutet nichts Geringeres als allgemeine Kraftfähigkeit, die jederzeit an den entsprechenden Geräten getestet werden kann.
- *Coordination strength* – bezieht sich auf die Fähigkeit des/der Spielers/Spielerin verschiedene Muskelgruppen für eine fußballspezifische Bewegung zu koordinieren (z.B. einen liegenden Ball ins Tor zu schießen).
- *Football strength* – bezieht sich auf die Fähigkeit die *coordination strength* zur richtigen Zeit einzusetzen. Vereinfacht ausgedrückt: Timing (Kopfball, Schuss, Zweikampf)

Verheijen (1999/2000, S. 88f) entwickelte fünf fußballspezifische Teilbereiche der Kraft, die sich an Aktivitäten im Fußball orientieren. Im Zentrum steht die *Grundkraft*, die jede Sportart als zentrale Antriebskraft betrachtet. Diese Grundkraft benötigt vor allem in den unteren Extremitäten eine besondere Ausprägung, da die meisten Aktionen dort stattfinden. Um den Ball schnell von A nach B zu befördern, benötigt man die *Stosskraft*, jene Kraft, die in den Grundtechniken passen und stoßen vorwiegend Berücksichtigung findet. Die *Antrittskraft* stellt ein weiteres Element dar, da der Spieler während 90 Minuten eine Vielzahl hochexplosiver Läufe durchführen muss. Die *Sprungkraft* findet im Kopfballspiel ihre Manifestierung. Und zu guter letzt die *Zweikampfkraft*, deren Hauptelement ein starker Oberkörper und hohe Standfestigkeit darstellen, um Gegner/innen im Zweikampf vom Ball zu verdrängen bzw. abzuschirmen.

3.2.1.3.3 Bedeutung der Kraft im Fußball

Weineck (2004, S. 203f) hebt die vielen positiven Aspekte einer optimal entwickelten Kraft im Fußball hervor.

1. Zur Steigerung seiner fußballspezifischen Leistungsfähigkeit, insbesondere seiner Schnellkrafteigenschaften wie Sprungkraft, Schusskraft, Wurfkraft (bei Einwürfen) und Antrittsvermögen, bei denen allen das Maximalkraftniveau von essentieller Bedeutung ist.

2. Zur Effektivierung bzw. Perfektionierung technisch-konditioneller Fähigkeiten (wie z.B. rempeln, takeln, dribbeln etc.).
3. Zur allgemeinen athletischen Durchbildung im Sinne eines verbesserten Durchsetzungsvermögens bzw. erfolgreicherem Zweikampfverhaltens.
4. Als Voraussetzung für eine bessere Belastungsverträglichkeit bzw. als Basis für Durchführung effektiver Trainingsmethoden (wie z.B. des plyometrischen Trainings) zur Schnellkraftverbesserung.
5. Als Ergänzungstraining zur Kräftigung kleinerer, synergetischer Muskelpartien, die Hauptmuskeln unterstützen bzw. entlasten können.
6. Als Kompensationstraining zur Kräftigung von Muskeln, die zur Abschwächung neigen (z.B. Bauchmuskeln, Gesäßmuskeln).
7. Als Ausgleichstraining zur Kräftigung der Antagonisten aufgrund der, trotz seiner Vielfältigkeit im Fußball, einseitigen Belastungsstruktur.
8. Als Verletzungsprophylaxe, da eine ausreichend entwickelte Muskulatur den effizientesten Schutz des Bewegungsapparates bietet.
9. Als Haltungprophylaxe aufgrund der Bewegungsarmut in unserer heutigen Gesellschaft.

Bangsbo (2003, S. 228) bestätigt Weineck, indem er eine große Notwendigkeit in einer guten Ausbildung der großen Muskelgruppen im Körper sieht, da Muskelkraft eine wichtige Komponente in spielspezifischen Situationen darstellt. Ihr Ausprägungsgrad ist abhängig von Spielstil und Spielposition.

Stolen (2005, S. 503) stellt es als offensichtlich dar, dass eine anspruchsvolle technische, individual- und teamtaktische Leistung im Fußball nur von Spielern mit hoher Ausdauer- und Kraftkapazität über 90 Minuten konsequent demonstriert werden kann.

Brocherie et al. (2005, S. 145) unterstützen vorliegende Aussagen, indem sie klarstellen, dass Laufen die dominante Aktivität ist, jedoch explosive Bewegungen wie Sprints, Schüsse, Sprünge und Zweikämpfe hohe Wichtigkeit für erfolgreichen Fußball besitzen.

Reilly (1996, S. 46) meint kurz und prägnant, dass Muskelkraft, im speziellen schnelle isokinetische Bewegungen, einen Vorteil für fußballspielrelevante Leistungen bietet.

Bisanz & Gerisch (2008, S. 123) fügen abschließend neben der vielfachen Bedeutung der Kraft bei Sprints, Sprüngen, Dribblings, Kopfballaktionen und Zweikampfaktionen erstens noch die optimale Ausbildung einer Rumpfkraftmuskulatur, um dem/der Spieler/in Stabilität zu verleihen, und zweitens den Vorrang der relativen Kraft zugunsten der Kraftleistung

durch Gewichtszunahme bei einer Steigerung der Maximalkraft zur Verbesserung genannter fußballspezifischer Aktivitäten hinzu.

3.2.1.3.4 Abhängigkeit Kraft und Schnelligkeit

Der Zusammenhang zwischen Kraft und Schnelligkeit ist aus den vorigen Kapiteln hervorgegangen und der Autor möchte versuchen, diesen hier noch einmal zu bekräftigen und hervorzuheben.

Bogdanis et al. (2009, S. 291f) zeigten anhand von Trainingsbatterien und darauffolgenden Tests, dass eine Verbesserung der Maximalkraft zu signifikant verbesserten Ergebnissen bei 10m-Läufen, Sprungtest, T-Test, Illionoistest und Zick-Zacktest (Beweglichkeit und Schnelligkeitstest mit Richtungsänderungen), also alles dominierende, fußballspezifische Schnellkrafteigenschaften, führte und dass die gesetzten Trainingsreize zwar wie gerade erwähnt zu Verbesserungen in explosivkräftigen Bewegungen führen, ohne aber dabei das Körpergewicht zu verändern.

Mihaildis et al. (2002) ergänzen, „dass die Kombination von Kraft- und Schnelligkeitsprogrammen in derselben Periode die unmittelbare Übertragung der Kraftanpassungen auf die Laufgeschwindigkeit zum Ergebnis hat“, und konnten dadurch signifikante Verbesserungen in den Experimentalgruppen auf 10, 20 und 30m Laufzeiten erzielen.

Im Gegensatz dazu steht die Realität beschrieben von Reinhold durch eine Trainerbefragung (2008, S.60f) und zwar, dass in der *1. Deutschen Bundesliga* nur jeder *zweite* Verein Kraftmessungen durchführt und dass zwar Schnelligkeit als wichtigste Eigenschaft eingestuft wird, aber 40 % der Befragten die Kraft als *weniger wichtig* aburteilen.

3.2.1.4 Beweglichkeit

Beweglichkeit, eine Fähigkeit, die der allgemeine Fußballzuseher den kleinen wendigen Spielern zuordnet, jedoch ist Beweglichkeit nur zu einem bestimmten Ausmaß an die Anthropometrie des Körpers gebunden, etwas das uns Zlatan Ibrahimovic Woche für Woche in der besten Liga der Welt und international beweist. Seine „*Geschmeidigkeit und Beweglichkeit*“ (W2) verdankt der bullige Schwede (1,92 m) einem jahrelangen Taekwondo-Training, sodass auch den größeren Spielern unter uns noch Hoffnung bleibt.

3.2.1.4.1 Begriffsbestimmung und Definition

Nach Weineck (2004, S. 495) ist die Beweglichkeit „die Fähigkeit und Eigenschaft des Sportlers, Bewegungen mit großer Schwingungsweite selbst oder unter dem unterstützenden Einfluss äußerer Kräfte in einem oder in mehreren Gelenken auszuführen“.

Martin et al. (2001, S. 213) definieren die Beweglichkeit aus einem guten Zusammenspiel zwischen elastischen Eigenschaften der Muskeln, Sehnen und Bänder sowie der erforderlichen Kraft, um den möglichen Bewegungsspielraum und die Funktionstüchtigkeit der Gelenke zu optimieren.

Die Beweglichkeit wird von manchen Autoren mit den Begriffen Flexibilität oder Gelenkigkeit synonymisiert, wobei die Gelenkigkeit jedoch die Fähigkeit beschreibt, willkürliche Bewegungen mit einer großen Schwingungsweite in bestimmten Gelenken durchzuführen, und die Flexibilität sich vielmehr auf die Dehnfähigkeit der Muskeln, Sehnen, Bänder und des Kapselapparates festlegt. Und somit dienen diese beiden Begriffe als Bausteine oder Untergruppen der Beweglichkeit, da sie in ihrer Manifestation nicht ausreichend die komplexe motorische Fähigkeit und Erscheinung der Beweglichkeit kennzeichnen (Reinhold, 2008, S. 17).

Bös & Mechling (1980, S.464f) verstehen unter Beweglichkeit im engeren Sinn die Fähigkeit „Körper und Gliedmaßenbewegungen mit derjenigen Amplitude ausführen zu können, die von den anatomischen Strukturen des passiven Bewegungsapparates und der Dehnfähigkeit der Muskulatur, die man zum aktiven Bewegungsapparat rechnet, zugelassen wird“.

3.2.1.4.2 Arten der Beweglichkeit

Klee und Wiemann (2005, S. 7) unterscheiden folgende Formen der Beweglichkeit

- allgemeine und spezielle Beweglichkeit
- aktive und passive Beweglichkeit
- dynamische und statische Beweglichkeit

Von *allgemeiner* Beweglichkeit wird laut Weineck (2004, S. 495) gesprochen, wenn sich die Beweglichkeit der wichtigsten Gelenke im Körper (Schulter, Hüfte und Wirbelsäule) auf einem ausreichenden Niveau befindet.

Spezielle Beweglichkeit ist sportartspezifischer Natur und bedingt jenes Ausmaß an Handlungsspielraum, welches die motorischen Ansprüche der Sportart erfordern (z.B. akzentuierte Beweglichkeit des Fußballers im Hüftgelenk).

Die *aktive Beweglichkeit* beschreibt die größtmögliche Bewegungsamplitude in einem Gelenk, die der Sportler selbstständig durch willkürliche Kontraktion erzielen kann.

Die größere, *passive Beweglichkeit* ist die größtmögliche Bewegungsamplitude, die der Sportler unter zu Hilfenahme äußerer Kräfte (Partner, Zusatzgeräte oder eigenes Körpergewicht) erreichen kann.

Die Unterteilung in *statische* und *dynamische Beweglichkeit* beschreibt nach Martin (2001, S. 214f) die Fähigkeit, eine bestimmte Gelenksstellung über einen längeren Zeitraum zu halten (*statische*) bzw. eine Gelenksstellung kurzfristig einnehmen zu können (*dynamische*, z.B. durch nachwippen). Die *statische Beweglichkeit* spielt vor allem beim Dehnen bzw. Stretching eine große Rolle.

3.2.1.4.3 Agilität oder Gewandtheit

In der englischsprachigen und im speziellen in der fußballspezifischen Literatur fällt neben dem Begriff *flexibility* oftmals das Wort *agility*. Agilität bezieht sich auf die Fähigkeit, Körperbewegungsrichtungen abrupt zu wechseln (Reilly, 1996, S. 42). Agilität oder Gewandtheit wird in den meisten Fällen zum dominanten Faktor Schnelligkeit hinzugezählt, bildet jedoch laut Buttifant et al. (2002, S. 332) einen eigenen Parameter. Im Vergleich zweier Tests, einem 20m Gewandtheitstest und einem 20m Sprinttest, gab es einen auch für mich überraschenden Zeittransfer von nur 10 % von Gewandtheit zu Schnelligkeit, umgekehrt nur 4 %. Little & Williams (2005, S. 279) bekräftigen diese Aussage, indem sie festgestellt hatten, dass auch lineares Schnelligkeitstrainings- und Gewandtheitstrainingsmethoden sehr spezifisch sind und einen sehr geringen Transferwert haben. Andere Faktoren, wie etwa schnell abzubremesen, schnell zu antizipieren oder zu reagieren bzw. exzentrische Kraftfähigkeiten, könnten Attribute der fehlenden 90 % im Zeittransfer sein.

Power et al. (2002, S. 128) untermauern die Aussage Buttifants, denn auch er kam bei Tests zu dem Ergebnis, dass der Unterschied zwischen der ersten Mannschaft und dem Reserveteam nicht jener der linearen Schnelligkeit, sondern nur signifikant in der Gewandtheit (Illinois-Test) war, was er mitunter auch auf den Altersunterschied und den damit zusammenhängenden körperlichen Erfahrungswerten aus vergangenen erfolgreichen Spielzeiten begründete und durch eine zweiten Studie (Dunbar et al. 2005, S. 157) in der englischen Premier League bekräftigen und bestätigen konnte.

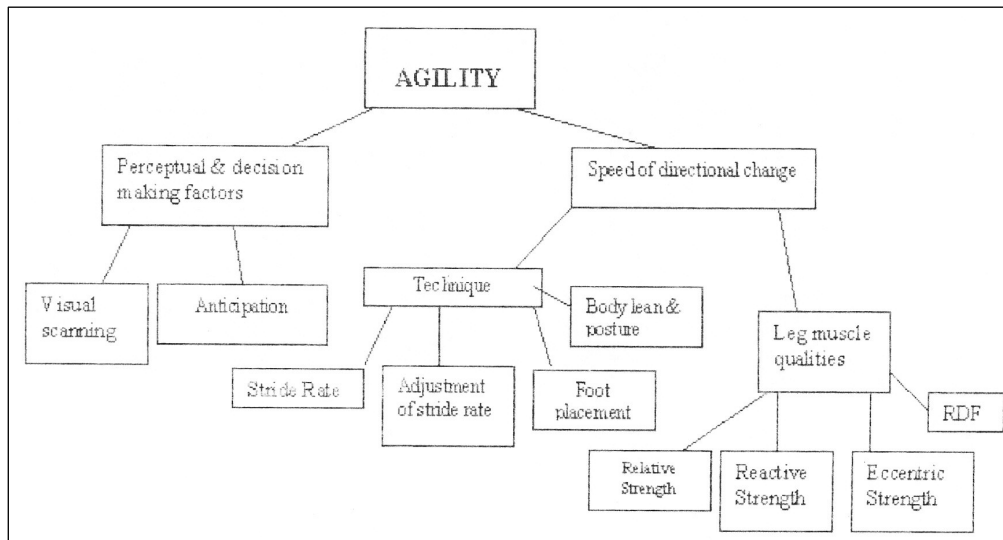


Abbildung 7: Faktoren, die die Gewandtheit beeinflussen (Little & Williams, 2005, S. 281)

*RDF steht für *rate of force development*

Die Gewandtheit ist ein Ergebnis vieler neurophysiologischer Faktoren (vgl. Abb. 7), wobei manche Gewandtheitskomponenten sehr stark mit der Geschwindigkeit und andere wieder mit Kraft bzw. Beschleunigung korrelieren (Svenson & Drust, 2005, S.610). Die Gewandtheit kann den Unterschied zwischen guten und besseren Spielern ausmachen.

3.2.1.4.4 Bedeutung der Beweglichkeit und Agilität im Fußball

Schnabel et al. (2003, S. 139) sehen in der Beweglichkeit die „Voraussetzung für die Realisierung und damit für das Erlernen sportlicher Techniken, einschließlich des Erreichens der erforderlichen Bewegungspräzision und der in einer Reihe von Sportarten angezielten ästhetischen Wirkung“.

Little & Williams (2005, S. 277) bestätigen die Wichtigkeit der Beweglichkeit bzw. Gewandtheit durch ihre Feststellung, dass hochexplosive bzw. Hochgeschwindigkeitsbewegungen im Fußball in jene unterteilt werden können, die maximale Geschwindigkeit, Beschleunigung oder Gewandtheit benötigen.

Dunbar et al. (2005, S. 157) meinen, dass die Fähigkeit, Richtungsänderungen bei schnellen Läufen durchzuführen, sowie die Fähigkeit schnell abzubremsen ein Schlüsselement der Fußballkondition darstellen.

Klee & Wiemann (2005, S.13) sehen die Bedeutung von Dehnfähigkeit und Beweglichkeit in der Sportmotorik unumstritten, die Gelenkigkeit als elementare Voraussetzung für eine gute Bewegungsausführung: „Bei erhöhter Beweglichkeit wird der Bewegungsfluss, die Bewegungsharmonie und der Bewegungsausdruck optimiert“. Ein Mangel an Beweglichkeit kann das Erlernen von Bewegungsfertigkeiten und sportmotorischen

Techniken massiv erschweren und in weiterer Folge zu Verletzungen führen und die konditionelle Entwicklung negativ beeinflussen.

Reilly (1996, S. 43) verbindet mit optimal ausgeprägter Beweglichkeit eine geringere Verletzungsgefahr vor allem in den am meisten gefährdeten Muskelgruppen der Adduktorengruppen und der des hinteren Oberschenkels und zusätzlich schreibt er der Gelenkbeweglichkeit einen hohen Sicherheitsfaktor im Fußball zu. Er sieht die Testung der Beweglichkeit als Verletzungsprophylaxe.

Beweglichkeit ist bei Fußballspielern, speziell die ischiocrurale und Adduktorenmuskelgruppe, oftmals unterwickelt. Wissenschaftliche Untersuchungen haben bei Spielern der höchsten Spielklasse eine geringere Beweglichkeit als innerhalb der allgemeinen Bevölkerung feststellen können, was auf inadäquate oder unzureichende Beweglichkeitsprogramme innerhalb der Trainingseinheiten zurückzuführen ist. In weiterer Folge kann eine unzureichende Beweglichkeit zu Muskeldysbalancen und nachfolgenden Verletzungen führen. (W3)

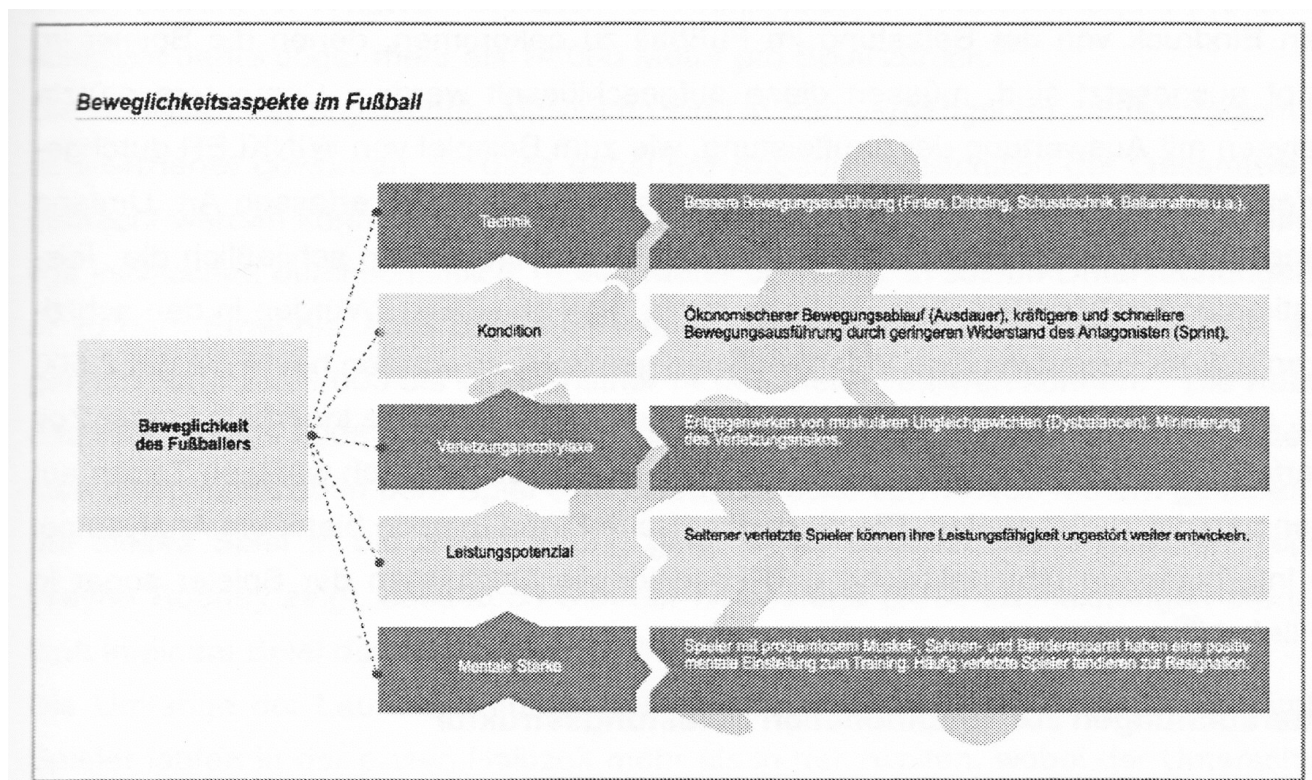


Abbildung 8: Auswirkungen der Beweglichkeit auf Faktoren der Leistungsfähigkeit des Fußballers (Reinhold, 2008, S. 20)

Zusammenfassend gibt die Abbildung der Beweglichkeitsaspekte im Fußball von Reinhold einen sehr guten Überblick über die Wichtigkeit der Beweglichkeit und Gewandtheit im Fußball. Dem gegenüber steht eine Trainerbefragung (Saison 04/05) der ersten deutschen

Bundesliga, die belegt, dass mehr als die Hälfte der Befragten der Meinung sind, dass „Beweglichkeit für den Fußballer keine besondere Rolle spielt“. (Reinhold, 2008, S. 62)

3.2.2 Koordination

Die Koordination stellt neben Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit den fünften Teil der leistungsbeeinflussenden Faktoren im Fußball dar. Die Meinungen innerhalb der Wissenschaft gehen hier auseinander, ob die Koordination einen Teilbereich der Kondition darstellt oder ob sie gesondert angeführt werden soll. Der Autor hat sich dazu entschieden, sie als eigenen Bereich zu behandeln, da sie seiner Ansicht nach zwar in einem engen Zusammenhang mit allen konditionellen Faktoren steht, jedoch aber eine eigene Größe darstellt. Es ist jeder Teilbereich für sich unabhängig und doch ergänzen und bedingen sie alle einander.

3.2.2.1 Begriffsbestimmung und Definition

Bisanz & Gerisch (2008; S. 235) sehen die Koordination als die Fähigkeit, technische Handlungen mit und ohne Ball zielgerichtet, schnell, präzise und ökonomisch durchzuführen.

Grosser et al. (2008, S132) bezeichnen Koordination als das Zusammenwirken von zentralem Nervensystem (ZNS) und Skelettmuskulatur in einem gezielten Bewegungsablauf.

Die stellvertretend in der Pädagogik verwendeten Begriffe Gewandtheit und Geschicklichkeit präzisieren Grosser et al. (2008, S. 132) folgendermaßen: „Unter Geschicklichkeit kann man die koordinative Qualität bei feinmotorischen Bewegungen von Teilen des Bewegungsapparates verstehen und unter Gewandtheit die koordinative Qualität der Gesamtmotorik“.

Der Begriff Technik wird von ihnen als Synonym dann verwendet, wenn die koordinative Beanspruchung in Verbindung mit einem Gerät (z.B. Ball) erfolgt.

3.2.2.2 Koordinative Fähigkeiten

Die wichtigste Grundlage der koordinativen Fähigkeiten ist nach Dargatz (1997, S.11) der Bewegungsschatz und die Bewegungserfahrung des Fußballers. Spieler, die in ihrer Kindheit abwechslungsreich und vielfältig trainiert haben, verfügen über einen größeren

Bewegungsschatz an reflektorischen und motorischen Verbindungen, die ihnen als Basis für eine verbesserte Einarbeitung neuer Bewegungserfahrungen in ein bereits bestehendes Bewegungsrepertoire dienen. Ein koordinativ geschulter Fußballer besitzt also eine hoch entwickelte sensomotorische Leistungsfähigkeit, d.h. eine optimale Aktivität sensorischer Rezeptoren (Sinneswahrnehmer) und die davon abhängige und positiv beeinflusste motorische Leistung.

Die koordinativen Fähigkeiten unterscheiden sich von den koordinativen Anforderungen im Fußballspiel bzw. allgemein in Sportarten und Bisanz & Gerisch (2008, S. 236) unterteilen sie wie folgt:

- *Kinästhetische Differenzierungsfähigkeit* - Das ist die Feinabstimmung des gesamten Bewegungsrepertoires, der jeweils erforderlichen Kraftimpulse, die Bewegungskontrolle und die Ballbehandlung. Dazu gehören alle fußballspezifischen Lauf- und Sprungformen sowie Balltechniken, z.B. Sprungkopfball; definieren von Krafteinsatz für die Sprunghöhe und den Kopfstoß gegen den Ball.
- *Reaktionsfähigkeit* - Das ist die Fähigkeit der Reizwahrnehmung und die schnelle, situationsgerechte Bewegungskorrektur, z.B. auf Finten situationsadäquat reagieren, auf abgefälschte Schüsse bzw. Pässe reagieren etc.
- *Umstellungsfähigkeit* - Das ist die Fähigkeit des schnellen Umsetzens der rasch wechselnden Spielsituationen Bewegungsanforderungen in Form von Abbruch bzw. Korrektur von Teilbewegungen und Bewegungsneuaufbau, z.B. Verhalten bei offensiven und defensiven 1:1 Situationen; Torschussfinte, angetäuschte Flanke.
- *Kopplungsfähigkeit* - Das ist die Fähigkeit, erlernte Bewegungsmuster ökonomisch und flüssig zu verbinden, z.B. Anlauf und Absprung zum Kopfball, Dribbling mit anschließender Flanke etc.
- *Rhythmusfähigkeit* - Das ist die Fähigkeit, einen gut getimten Bewegungsrhythmus aufzubauen, z. B. Übersteigerfinten im Lauf, Anlauf zum Schuss oder Kopfball.
- *Gleichgewichtsfähigkeit* - Das ist die Fähigkeit zur Aufrechterhaltung bzw. Wiederherstellung des Gleichgewichts in vielfältigen Spielszenen (Lauf, Sprung, Zweikampf) nach Richtungsänderungen und Drehungen, z.B. Zweikampfduelle, Sprünge mit Körperkontakt etc.
- *Räumliche Orientierungsfähigkeit* - Das ist die Fähigkeit der räumlichen Orientierung im Aktionsfeld des Spiels mit bewegungssituativen Anpassungen im

spieltaktischen Konzept, z.B. Anbieten und Freilaufen, Abstimmung im Abwehrsystem mit Viererkette oder beim Pressing.

Bischops & Gerards (2002, S. 48) fügen hier noch die *Antizipationsfähigkeit* hinzu, die die Vorwegnahme zukünftigen Geschehens im Spiel bedeutet, z.B. einen Pass des Gegners abfangen, weil man den Passweg aufgrund der Spielsituation vorausgeahnt hat.

Aus diesen speziellen koordinativen Fähigkeiten ergeben sich nach Zimmermann (1998, S. 221) drei allgemeine Grundfähigkeiten:

- die motorische Steuerungsfähigkeit
- die motorische Anpassungs- bzw. Umstellungsfähigkeit
- und die motorische Lernfähigkeit

Diese drei Grundfähigkeiten stehen in einer Wechselbeziehung zueinander. Die motorische Steuerungsfähigkeit basiert auf einer exakten, ökonomischen Bewegungskontrolle (Differenzierungsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit). Die motorische Anpassungs- bzw. Umstellungsfähigkeit beschreibt die Adaptionfähigkeit des Sportlers und hängt massiv mit seiner Bewegungserfahrung zusammen. Die motorische Lernfähigkeit fundiert auf der Datenaufnahme, Verarbeitung und Weiterleitung ebenjener und stellt dadurch den bedeutendsten Aspekt des motorischen Lernens dar.

3.2.2.3 Koordinative Anforderungen im Fußball

Im Zuge der Ausbildung zum UEFA-A-Lizenz Fußballtrainer wurde uns der Unterschied zwischen koordinativen Fähigkeiten und koordinativen Anforderungen im Fußball näher gebracht, was in diesem Kapitel kurz erläutert wird. Die koordinativen Anforderungen beruhen auf der Informationsverarbeitung unter verschiedenen Druckbedingungen. Die Sinnesorgane des Fußballers nehmen Eindrücke (kinästhetisch – Ballführung, vestibulär – Drehung, optisch, akustisch und taktil) wahr und müssen unter den Druckbedingungen, die selten alleine auftreten, eine schnelle und optimale Lösung einer Spielsituation erzielen.

- *Zeitdruck* – Die zwei elementaren Bausteine sind der Bewegungsbeginn (Reaktionsschnelligkeit) und die Bewegungsdurchführung (Aktionsschnelligkeit). Beide sollen schnell ausgeführt werden, z.B. Direktspiel, schneller Lauf etc..
- *Präzisionsdruck* – Genauigkeit der Ausführung, z.B. Zuspiel, Torschuss, Flanke etc..

- *Komplexitätsdruck* – Der Komplexitätsdruck umfasst Anforderungen hinsichtlich der gleichzeitig ablaufenden (simultanen) und/oder aufeinander folgenden (sukzessiven) Bewegungsteile, Multitaskingfähigkeit, z.B. (synchron ablaufend) Ballannahme, Gegner auf Distanz halten, Mitspieler suchen, optimales Zuspiel, lösen vom Gegner.
- *Situationsdruck* - Beim Situationsdruck geht es um Anforderungen hinsichtlich der Variabilität und der Komplexität der Umgebungs- oder Situationsbedingungen. Innerhalb der dynamischen Umgebung im Fußball ist der Athlet ständig neu zu lösenden Situationen gegenübergestellt, die er zu bewältigen hat.
- *Belastungsdruck* – Der Belastungsdruck setzt sich aus den physiologischen als auch den psychologischen Anforderungen zusammen, d.h. dass der Fußballer es schafft, auch unter Ermüdung erfolgreich zu agieren (Technik, Taktik etc.).

3.2.2.4 Bedeutung der Koordination im Fußball

Die koordinativen Grundlagen sind wichtige Leistungsvoraussetzungen für die Qualität aller sportlichen Bewegungen. Sie sind unerlässliche Voraussetzungen für sportliche Lernerfolge. Sie beeinflussen Tempo und Stabilität und Bewegungsfertigkeit, sowie in großem Maße die situationsangemessene und variable Anwendung motorischer Fertigkeiten (vgl. Asmus, 1997, S. 49).

Bischops & Gerards (2002, S. 47) messen der Koordination folgende Bedeutung zu:

- Der Spieler beherrscht durch eine ausgeprägte Koordination seinen Körper, den Ball und möglichst den Gegenspieler in allen sich bietenden Spielsituationen.
- Flüssig-elegante, ökonomische und harmonisch wirkende Bewegungen mit und ohne Ball charakterisieren eine gute Koordination.
- Kreativität beim Spielhandeln und für den Gegenspieler überraschende und unerwartete Bewegungen führen zu einer richtigen Lösung in Spielsituationen.
- zeitliche und räumlich aufeinander abgestimmte einzelne Bewegungen und ganze Bewegungsphasen
- exaktes Erkennen von fußballspezifischen Situationen und sofortiges Abrufen einer ökonomischen Lösung
- Koordination stellt die Voraussetzung für einfache Bewegungen, aber besonders für komplizierte Bewegungsabläufe und hoch technisierte Anforderungen mit dem Ball dar.

- Bewegungslernen und Bewegungshandeln hängen daher vom Entwicklungsgrad koordinativer Fähigkeiten entscheidend ab.

Dank der Koordination ist der Sportler in der Lage, motorische Aktionen und unvorhersehbare Situationen sicher und ökonomisch zu beherrschen und sportliche Bewegungsabläufe schnell zu erlernen. Sportler mit einer sehr guten Koordination sind befähigt, auch in späteren Trainingsjahren neue Bewegungsabläufe zu erlernen.

Bisanz & Gerisch (2008, S. 235) sind der Meinung, dass die koordinativen Fähigkeiten das Niveau der Fußballtechnik und somit das gesamte fußballspezifischen Handlungsspektrum bestimmen. Außerdem bilden sie die Grundlage für den souveränen Umgang mit dem Ball unter erschwerten Bedingungen sowie für Spielübersicht und eine anspruchsvolle taktische Spielgestaltung. Weiters führen sie noch den hohen Stellenwert der Koordination in der Ökonomie der Bewegungsausführung und Verletzungsprophylaxe an.

Dargatz (1997, S.10) bringt es prägnant auf den Punkt, indem er feststellt, dass koordinative Fähigkeiten es dem Fußballer erlauben, in den verschiedensten Situationen schnell und zielgerichtet zu handeln.

3.2.3 Technik

„In Österreich reicht es zu kämpfen und zu laufen, international nicht“ (Karl Daxbacher nach dem Europaligaspiel gegen National Funicular : FAK Austria Wien 5:1; 16.12.09) Dieser Aussage muss sich jeder, der sich für Fußball interessiert und das Spiel Arsenal London : FC Barcelona (Champions League; Viertelfinale 2009/10; 31.3.2010) gesehen hat, anschließen. Ein Spiel, das in die Annalen der Champions League eingehen wird, da es ein fußballerisches Feuerwerk an Athletik, Leidenschaft und vor allem *Technik* war. Die Kunst, den Ball in solcher Art und Weise unter diesen Bedingungen über das Spielfeld zu befördern, bedarf uneingeschränkter Bewunderung und ist derzeit mit dem Namen FC Barcelona gleichzusetzen.

3.2.3.1 Definition und Begriffsbestimmung

Lottermann (1990, S. 18) führt zur Technik im Fußball folgendes an:

- Entscheidend im Wettkampf ist der effektive Einsatz der Technik in einer Spielsituation, die Qualität der Ausführung ist zweitrangig.

- Technik heißt Bewegungsabläufe auch unter Störeinflüssen zu kontrollieren und an die unterschiedlichsten Situationen anzupassen und zu variieren.
- Die Bildung von „Automatismen“ im Sinne von „Stereotypen“ ist unzweckmäßig, da sie schnelle und situativ angepasste Reaktionen auf plötzlich und unerwartet auftretende Störfaktoren behindert.
- Coaching beim Technikerwerb bedarf weniger Korrektur, sondern mehr Variabilität, um das Ziel zu erreichen (Tor erzielen, Pass der ankommt etc.).

Bisanz & Gerisch (2008, S. 317) definieren Technik im Fußball als fußballspezifische Bewegungsabläufe, „die zielgerichtet und regelgerechte Spielhandlungen ermöglichen. Demnach bezeichnet Technik im Fußball alle motorischen Spielhandlungen, die situationsspezifisch effizient, d.h. unter Zeit-, Raum- und Gegnerdruck, präzise und zielbestimmt ausgeführt werden können.“

Dick Bate (1996, S. 228) meint, dass sich Technik auf die Beziehung und Harmonie zwischen dem Spieler und dem Ball bezieht. Technik ist eine Einzelleistung, die isoliert vom Spiel stattfindet, z.B. ein Schuss, ein Pass etc.

Schnabel et al. (2003, S. 113) verstehen unter Technik ein „in der Praxis erprobtes, aufgrund der allgemeinen psychophysischen Voraussetzungen des Menschen realisierbares charakteristisches Lösungsverfahren einer in sportlichen Handlungen erwachsenden Bewegungsaufgabe, das als Bewegungsalgorithmus der jeweiligen Bewegung immanent ist.“

„Technik im Fußballspiel beinhaltet all die Bewegungen, die unter Beachtung der Regeln zur Lösung einer bestimmten Aufgabe gewählt werden.“ (Kollath, 2000, S.10)

3.2.3.2 Formen der Technik

Fußballspezifische Bewegungsabläufe können nach Bisanz & Gerisch (2008, S. 317) als ein Idealbild, das auf Erfahrungen und theoretischen Grundlagen basiert, formuliert werden. Dieses Idealbild der Technik wird personifiziert und orientiert sich an den individuell ausgeprägten Fähigkeiten. Wenn die Technik als Verfahren zur individuellen Lösung sportlicher Aufgabenstellung bezeichnet wird, muss danach gefragt werden, welche Aufgaben der Spieler im Laufe des Spieles zu lösen hat. Dementsprechend wird recht pragmatisch unterschieden zwischen:

Technik ohne Ball:

- gehen, laufen, sprinten, starten, stoppen

- drehen, springen, fallen, rempeln etc.

Technik mit Ball:

- Ballannahme, Ballmitnahme, Ball führen, dribbeln, Finten, Stoßarten

Bisanz & Gerisch unterteilen die Techniken im Fußball in Fertigkeiten, die im Angriff und in der Abwehr benötigt werden (siehe Abb. 9).

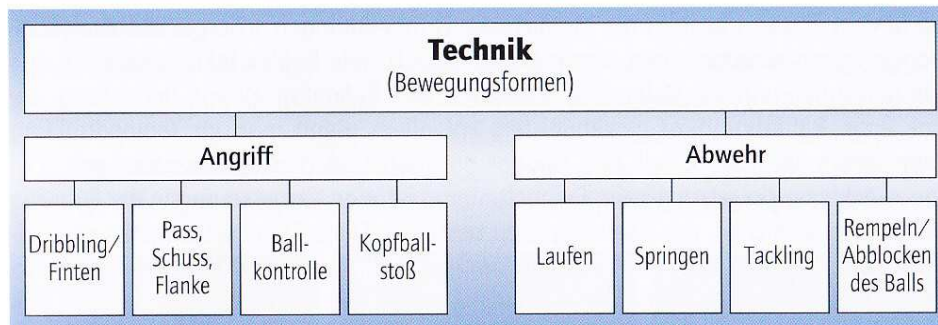


Abbildung 9: Techniken im Fußball (2008, S. 321)

Die weiteren Unterteilungen erfolgen beim Dribbling in Ball haltendes Dribbling, Tempodribbling und Dribbling mit Finten.

Innerhalb der Technikform Finten führen sie Körper- und Schrittfinten, Schuss- und Passfinten an.

Der Pass, Schuss bzw. die Flanke wird unterteilt in Innenseitstoß (Dropkick), Innenspannstoß (Effetstoß), Außenspannstoß (Dropkick) und Vollspannstoß (Hüftdrehstoß, Fallrückzieher).

Die Ballkontrolle unterliegt den Techniken der Innenseite Innenspann, Außenseite Außenspann und der Sohle (flach ankommend oder hoch einfliegend am Boden). Flach einfallend oder hoch einfallend, sprich aus der Luft werden die Ballkontrolltechniken Vollspann, Oberschenkel oder Brust verwendet.

Der Kopfballstoß kann aus dem Stand oder dem Sprung (einbeinig, beidbeinig) erfolgen und daraus ergeben sich die Kopfballtechniken gerader Kopfstoß, Kopfstoß aus der Drehung oder Flugkopfball.

Die Abwehrtechniken sind selbsterklärend und werden nicht genauer erläutert.

3.2.3.3 Differenzielles Lernen

Individualität und Spielstil kennzeichnen die besten Fußballer der Welt, die von den schablonenartig erzeugten Massenspielern zu unterscheiden sind. Sie haben ihren eigenen Stil aus einer Vielzahl von Bewegungen kreiert. Bewegungsvielfalt ist das Schlagwort des differenziellen Lernens.

Nach Schöllhorn (2004, S. 129) sind Differenzen notwendig für das Lernen und Adaptieren von Techniken, da der Großteil der Informationen in der *Differenz* zwischen zwei Reizen steckt, vor allem bei Bewegungen mit einer großen Anzahl an Freiheitsgraden. Durch das Ausführen der möglichen Fehler in sämtlichen Kombinationen wird der Bereich des *persönlichen Optimums des Sportlers* selbst gefunden. Lernen an Differenzen mittels vielfältigster Übungen steht hier im Vordergrund. Durch diese Vielzahl von Übungen kann sich die für jeden Sportler *optimale Technik* herausbilden.

Beim differenziellen Lernen soll eine Bewegungsplattform im Hirn geschaffen werden, auf die man ständig zurückgreifen kann, um schneller das gewünschte und optimale Bewegungsmuster zu erlangen, wohingegen bei Stereotypen nur ein eingeschleiftes Muster vorhanden ist, welches oftmals neben der optimalen Bewegungskombination liegen kann.

Der Unterschied zum Technikerwerb der alten Schule ist jener, dass früher Optimallösungen durch isoliertes Training vorgegeben wurden, wohingegen das differenzielle Lernen es ermöglicht, sich seine eigene, aufgrund aller persönlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten, individuell optimierte Technik autodidaktisch anzueignen.

Technik ist *Mittel zum Zweck*. Die Zielerreichung ist die Maxime, nicht der Weg zum Ziel. Der Ball muss ins Tor bzw. der Pass muss ankommen, welche technische Abart dafür verwendet wird, ist sekundär, d.h. das Resultat ist wichtiger als die Ausführung. Im Fußball gibt es keine optimalen Techniken, sondern nur Richtwerte, an denen man sich orientieren kann, denn jeder Schuss, jeder Pass ist anders, als andere davor und danach.

3.2.3.4 Bedeutung der Technik

In vielen Sportarten spielt die Technik die entscheidende Rolle für das Erreichen größeren Erfolgs. Das Fußballspiel zählt sicher zu den Sportarten, in denen der Technik eine dominierende Rolle zugesprochen wird, und ein großer Teil der Attraktivität des Teamsports geht von der Technik aus, also von den Spielern/Spielerinnen, die über ein überdurchschnittliches Ballgefühl verfügen (Bashokhaj, 2001, S. 20). Werden diese

Fähigkeiten in den Dienst der Mannschaft gestellt, ist damit ein Grundstein für den Erfolg gelegt.

Bisanz & Gerisch (2008, S. 317) geben an, dass das Spielniveau eines Fußballteams grundsätzlich von den spieltechnischen Fertigkeiten der einzelnen Spieler/Spielerinnen abhängig ist. Je besser diese Fähigkeiten ausgebildet sind, desto geringer liegt seine Aufmerksamkeit bei der Ballbehandlung und es bleibt mehr Zeit, das Geschehen im Umfeld zu verfolgen und dadurch handlungsfähiger zu werden, denn „Spielübersicht gewährleistet ein großes Handlungsspektrum mit einem effektiven Einsatz des Technikrepertoires“.

Carr (2006, S.17) sieht in der selbstbewussten Ballbeherrschung die Grundlage des Spiels. „Es mag eine Binsenwahrheit sein, ohne Ballbeherrschung und technische Fähigkeiten sind alle anderen Aspekte des Spiels – Aufstellung, Taktik, Athletik usw. – nichts wert.“

Die Anwendung der Technik im Fußball dient nicht dem Selbstzweck, sondern vordergründig und hauptsächlich als probates Mittel zum Erfolg, d.h. Tore zu erzielen bzw. Tore zu verhindern. Spieler, deren Hauptaugenmerk auf der Fußballakrobatik, den Kabinettstückchen liegt, die es aber nicht schaffen, ihre fußballtechnischen Fertigkeiten in taktische, erfolgreiche Konzepte einzugliedern, dienen nur kurzfristig der Belustigung der Zuschauer, haben aber jedoch häufig nur geringen Nutzen für den Erfolg des Teams (vgl. Kollath, 2000, S.14).

Die Technik dient demnach dem Spieler als Hilfsmittel zur Lösung eines taktischen Spielkonzepts. Sie weist nach Stiehler et al. (1988, S. 53) andere Besonderheiten auf. Im Speziellen auf Teamspiele wie Fußball treffen hier zu:

- die hohe Ausführungsvariabilität der zeitlichen Parameter
- Technikkombinationen bzw. Handlungsfolgen
- die Beeinflussung der Technik durch die Zweikampfführung
- die Verbindung mit Täuschungshandlungen.

Die Technik wird zu einer erfolgreichen Waffe im Wettkampf, wenn es die Spieler verstehen, sie mit konditionellen Faktoren abzustimmen, so dass dadurch erfolgreiche taktische Handlungen entstehen. Dem Erfolg werden neben der Kombination Technik – Physis noch die wettkampfrelevanten psychischen Faktoren hinzugefügt.

3.2.4 Psychische Eigenschaften

„Es spielt sich alles nur im Kopf ab“ oder „Des Wichtigste is da Schedl“ sind nur zwei von vielen Trainerweisheiten, die dem Autor in seiner bisherigen Karriere an den Kopf geworfen wurden und doch beinhalten sie viel mehr Wahrheit in sich, als man denkt. Wohingegen die Wissenschaft in vielen Bereichen des Fußballs in seiner Entwicklung sehr weit vorangeschritten ist, hinkt sie im Bereich Psyche bzw. Psychologie des/der Fußballers/Fußballerin noch hinterher, einem leistungsbestimmenden Faktor mit viel Luft nach oben. Vor der Kamera, in der Kabine oder auf dem Platz selbst fallen meist unterbewusst Bemerkungen, Anweisungen oder Hinweise mit psychologischem Inhalt. „Wir müssen aggressiver spielen, der/die Trainer/in konnte uns nicht mehr motivieren, wir wollten um jeden Preis gewinnen oder bei uns war heute die Luft draußen“, sollen nur stellvertretend die Präsenz des psychologischen Aspekts im Fußball darstellen. Nicht jeder von uns kann damit umgehen, wenn er/sie als teuerster/teuerste Spieler/in der Welt vor 85.000 Zuschauern/Zuschauerinnen präsentiert wird und dem Druck dieser Transfersumme und den damit zusammenhängenden Erwartungen gerecht werden und trotzdem Spiel für Spiel eine ansprechende Leistung abliefern soll. Manche Spieler/Spielerinnen wie Sebastian Deisler oder Jan Simak zerbrechen daran und müssen dem Profifußball entsagen, da sie von Depressionen und Angstzuständen verfolgt werden, die im schlimmsten Falle in einer Selbstmordtragödie wie der Robert Enkes enden kann. Wie kommt es dazu, dass Spieler/innen an den psychischen Anforderungen zerbrechen, wohingegen andere zu Spiel bestimmenden *Persönlichkeiten* heranwachsen?

3.2.4.1 Persönlichkeit

Persönlichkeiten im Fußball entstehen durch ihren Kontakt und Umgang mit ihrer Umwelt wie in der nachfolgenden Abbildung (Eberspächer, 1987, S. 21) zu sehen ist.

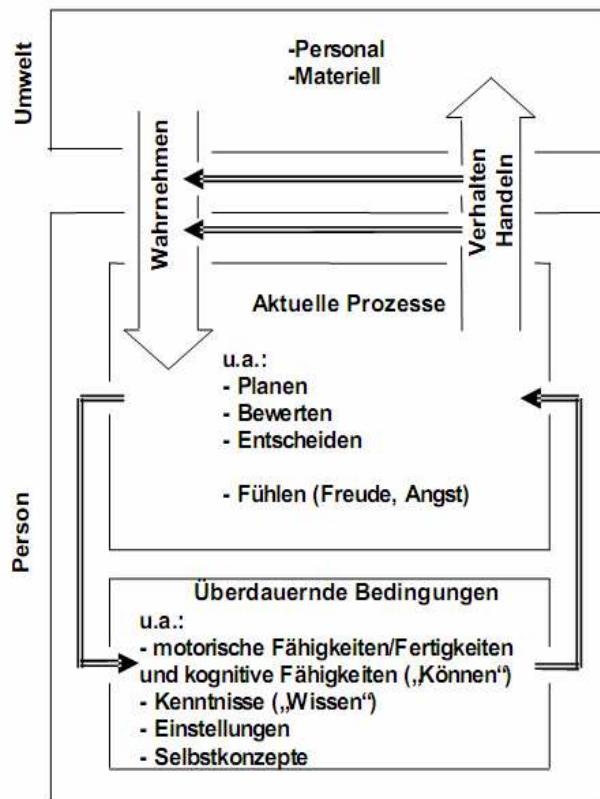


Abbildung 10: Psychologische Prozesse der Person-Umwelt-Beziehung (Eberspächer, 1987, S. 21)

Jede sportliche Handlung des/der Spielers/Spielerin im Spiel basiert auf der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft des/der Spielers/Spielerin, d.h. dass in Momenten, in denen Entscheidungen auf dem Platz gefällt werden müssen, der/die Spieler/in durch überdauernde bzw. situativ wechselnde Faktoren in seiner/ihrer Entscheidungsfindung beeinflusst wird. Vereinfacht erklärt stellen Grundeigenschaften, wie Einstellungen, Wissen, Können etc. als *überdauernde*, über einen längeren Zeitraum erworbene Fähigkeiten das Handlungsfundament dar, wohingegen *kurzfristige*, situative oder emotionale Elemente aktuelle Prozesse, wie z.B. Taktik, Privatleben, Heim- oder Auswärtsspiel darstellen. „Die einzelne Handlung ist in die Persönlichkeitsentwicklung eingebettet und im Endeffekt nur aus ihr erklärbar“ (Schnabel et al., 2003, S. 63). Alles, was sich rund um die Entscheidung abspielt, schafft nur mögliche Handlungsmöglichkeiten bzw.-motive, auf die das Individuum, also der/die Spieler/in zugreifen kann oder nicht. Spielerpersönlichkeiten entstehen klar ausgedrückt nicht über Nacht, sondern müssen sich entwickeln, bis sie zu den Männern/Frauen werden, denen viele nacheifern bzw. die viele kopieren wollen.

3.2.4.1.1 Kognition

Dass Kognition im Sport und im Speziellen im Fußball von größter Wichtigkeit ist, lässt sich schon durch ihre Definition von Zimbardo (1995, S. 357) erkennen, der meint, dass sie „der allgemeine Begriff für Formen des Erkennens und Wissens“ sei und man ihr Attribute, wie aufmerksam sein, erinnern, urteilen, vorstellen, antizipieren, planen, entscheiden, Probleme lösen und das Mitteilen von Ideen zuschreibt. Der Mensch nimmt Informationen aus seiner Umwelt und den persönlichen Umgang damit auf, speichert sie, reproduziert und adaptiert sie im Bedarfsfall. Bewusste oder unbewusste kognitive Prozesse breiten sich wie ein Deckmantel über das Handeln des/der Spielers/Spielerin. Kognitionen können auch das Resultat aus der Verarbeitung und Speicherung komplexer Informationsstrukturen im Handeln und Verhalten sein. Diese Verhaltens- bzw. Handlungsstrategien (z.B. taktisches Verhalten) basieren auf den Erfahrungen des Spielers und nehmen eine wichtige Rolle in der Tätigkeit ein (Schnabel et al., 2003, S. 64).

Kognitive Eigenschaften, wie etwa bildhafte Vorstellungen, analysieren, schlussfolgern oder das gedächtnismäßige Einprägen und Wiedererzeugen von Handlungen auf dem Spielfeld sind elementare Eigenschaften beim erfolgreichen Abwickeln von gegenwärtigen und zukünftigen Spielsituationen. Die heutige Medienvielfalt verursacht durch ihre manipulative Eigenschaft jedoch, dass Bewegungs-, Handlungs- und Spielvorstellungen Teile der eigenen Auseinandersetzungen des/der Fußballspielers/Fußballspielerin mit seiner/ihrer Umwelt übernehmen und dogmatisieren. Um eigene kognitive Prozesse daher zu unterstützen, ist es von klein auf notwendig, Feedbackrunden zu unternehmen, um individuelle und kreative fußballerische Fähigkeiten zu entwickeln.

3.2.4.1.2 Emotion

Fußball ohne Emotionen ist nicht vorstellbar. Egal ob auf oder abseits des Platzes, auf der Trainerbank, im Stadion oder zu Hause vor den Fernsehbildschirmen sind es die Gefühle, die den Fußball für seine Liebhaber zu etwas Besonderem machen. Emotionen drücken sachlich formuliert die Beziehung der Persönlichkeit zu kognitiven Abläufen aus, das heißt sie bewerten die Erfahrungen, die der Mensch macht. Entscheidend für das Handeln sind jene mit sozialem Charakter und jene, die wir gegenüber sozialen Partnern (Trainer, Mitspieler etc.) haben, sowie jene Emotionen, die wir mit uns selbst verbinden und die sich in Selbstvertrauen, Selbsteinschätzung ausdrücken. Emotionen und damit zusammenhängende Prozesse sind wichtige Teile der Antriebsregulation und haben nach Schnabel et al. (2003, S. 64) „großen Einfluss auf die Speicherung von Wahrnehmungen, Erlebnissen und Erfahrungen im Handlungsverlauf“. Emotionen haben in ihrer positiven

(Spaß, Freude) und negativen (Unlust, Frust) Ausprägungsform eine Verstärkerfunktion beim motorischen Lernen.

Emotionen können gegen einen selbst oder gegen eine andere Person gerichtet sein und daher in eine bestimmte *Richtung* fungieren und dazu noch an *Intensität* variieren. Emotionale Begriffe wie Ärger und Besorgnis finden wir auf der ersten Ebene und haben noch keinen wirklichen Einfluss auf die Konzentrationsfähigkeit. Angst und Zorn auf Ebene zwei können schon merklich vom eigentlich Ziel ablenken, wobei jedoch Zornausbrüche auch positive Effekte haben können, da sie der Gleichgewichtsfindung dienen und daher keine Verallgemeinerungen diesbezüglich gemacht werden sollten. Ebene drei beinhaltet die Zustände Wut und Ekstase, die maßgeblich negativen Einfluss auf die Handlungssteuerung haben, was durch eine beträchtliche Verminderung der kognitiven und motorischen Fähigkeiten hervorgerufen wird. Ziel ist es, sich diese Zustände bewusst zu machen, um sie erfolgreich zu bewältigen und sinnvoll einsetzen zu können.

Erfolgreiche Fußballer besitzen Attribute, wie Lauffreude, Kampfgeist, Spielfreude oder Wettkampftyp, was sich auf eine emotionale Befriedigung der eigenen Bedürfnisse zurückführen lässt und ein grundlegendes Motiv für sportliche Leistungen darstellt. Denn dadurch sichert er sich Selbstbestätigung in der Belastung und kann sich auch in negativen Phasen seine Motivation aufrechterhalten. Emotion und Kognition bilden die psychischen Grundfunktionen und dienen als Fundament für Motivation und Wollen beim Erreichen und Realisieren eines Ziels. Dazu passend eine Aussage von Lionel Messi, der Fußball als Genuss interpretiert: „Nein, Angst habe ich keine. Je größer der Druck, umso besser habe ich gespielt. Und das ist es, was ich möchte: einfach Fußball spielen und jeden Augenblick genießen, den ich mit den anderen auf dem Platz stehen darf.“ [W5]

3.2.4.1.3 Motivation und Volition

„Der/die Spieler/in ging übermotiviert in den Zweikampf, der Trainer konnte uns nicht mehr motivieren“ und „die Spieler/innen waren bis in die Haarspitzen motiviert“ sind nur ein paar Aussagen, die oft in Interviews oder Gesprächen getätigt werden, ohne dass sich viele Leute tatsächlich Gedanken darüber machen, wie Motivation entsteht und was der/die Spieler/in selbst dazu beitragen kann, sie zu steigern bzw. effizienter zu nutzen. Bisanz & Gerisch (2008, S. 482) verstehen unter Motivation „die Gesamtheit der Motive eines Menschen, die sein Handeln auslösen, steuern und den Energieeinsatz bestimmen“. Motivinhalte können gekennzeichnet sein durch das Streben nach Leistung, Wettbewerb, Herausforderung, materiellen Gewinn, körperliche Fitness, Prestige und Macht etc. und dienen als elementare Antriebsquellen bei der Zielrealisierung über einen längeren

Zeitraum und bestärken den/die Spieler/in in der Absicht, sich immer wieder bestimmten Anforderungen auszusetzen. Bischops & Gerards (2002, S.15) führen unter ihren Leistungskomponenten im Fußball auch psychische, motivationale Aspekte, wie Willensstärke, Selbstvertrauen, Entschlossenheit, Entscheidungsfreude, Erfolgsorientierung, Durchhaltevermögen, Durchsetzungsvermögen, Konzentrationsfähigkeit und Risikobereitschaft an, die zu den Motivierungsprozessen gehören. Sie ermöglichen es dem/der Fußballer/in trotz Auftretens von Schwierigkeiten und Hindernissen (Müdigkeit, Gegentor, unerwartete Bedingungen etc.) seine/ihre Ziele weiterhin zu verfolgen. Hierbei handelt es sich definitiv um Eigenschaften, die einen/eine erfolgreichen/erfolgreiche Fußballer/Fußballerin ausmachen.

Unterschieden wird in eine *innere* (intrinsische) und *äußere* (extrinsische) Motivation. Der inneren Motivation dient als Antriebsquelle etwa die Freude am Spiel, Siegeswille oder der Wettkampf und sie stellt die andauernde und stabilere Form der Motivation dar. Die Äußere wird von Komponenten wie materiellen Belohnungen oder Popularität, Ruhm und Anerkennung bestimmt und bildet somit die labilere, weil von äußeren Faktoren abhängige Motivationsform.

Psychologen haben nach Sanderson (1996, S. 277) versucht, die Wichtigkeit der Motivation zu definieren, indem sie behaupten, dass Leistung das Produkt aus Können multipliziert mit Motivation darstellt. Daraus lässt sich ableiten, dass die Motivation einen essentiellen Teil der Leistung darstellt, da sie zusätzlich noch der notwendige Impulsgeber für die Energieerzeugung im Menschen ist, jener Energie, die körperliche und geistige Leistung erfordert. Darunter verstehen wir den Begriff Leistungsmotivation, den Bisanz & Gerisch (2008, S. 484) als „die durch persönliche Wertmaßstäbe bestimmte individuelle Antriebskraft und Willensdauer bei der Festlegung und Realisierung von Zielen und Aufgaben“ bezeichnen und der im Sport von zentraler Bedeutung ist. Die Leistungsmotivation ist erstens vom *Anspruchsniveau*, zweitens von der *Ursachenzuschreibung* und drittens der *Bezugsnorm* abhängig. Das *Anspruchsniveau* ist subjektiv und daher individuell verschieden. Es bezeichnet den persönlichen Gütemaßstab, mit der ein/e Spieler/in an die Aufgabe herangeht, und ist Bisanz & Gerisch (2008, S. 485) zufolge von Art und Bedeutung der Aufgabe, Schwierigkeitsgrad und Attraktivität, persönlicher Leistungs- und Erfolgserwartung sowie Zeitaufwand und Belohnungseffekt abhängig. Das *Anspruchsniveau* wird demzufolge von Erfolg oder Misserfolg reguliert.

Die *Ursachenzuschreibung* zeigt den Tatbestand des persönlichen Anteils des/der Spielers/Spielerin am Erfolg oder Misserfolg auf. Erfolgsorientierte Spieler/innen schreiben positive Handlungsausgänge ständig den eigenen Fähigkeiten zu und negative

Erfahrungen werden oftmals anderen Komponenten zugeschoben. Bei Misserfolgsorientierten verhält es sich genau umgekehrt.

Die *Bezugsnorm* stellt einfach nur Vergleichswerte dar, an denen sich der/die Spieler/in orientieren und einordnen kann.

Das Leistungsmotiv bzw. die Leistungsmotivation ist somit vermischt mit anderen Motiven die herausragende und bestimmende Antriebsquelle im Leistungsfußball.

Das *Wollen* (Volition) tritt nach Schnabel et al. (2003, S. 65)

„in zielgerichteten geistigen (z.B. Lernen) und praktischen Handlungen (z.B. sportliche Trainingsübungen) auf. Das Wollen spielt in der präaktionalen (Handlungsziel finden und Handlungsbeginn einleiten) sowie in der aktionalen (Überwindung äußerer Widerstände, wie Monotonie, Ermüdung, Schmerz) Phase die dominante Rolle. Der Eingriff der Persönlichkeit erfolgt dann mittels verschiedener erlernter und automatisierter Techniken (z.B. Selbstmotivierung, Antrieb erhöhen etc.), wenn sie davon überzeugt ist, dass es für die Zielerreichung notwendig ist.

3.2.4.1.4 Aggression

Um erfolgreich Fußball zu spielen, benötigt jeder/jede Spieler/in eine notwendige Portion Aggression. Dass sich aggressives Verhalten gepaart mit Erfolg auf zwei verschiedene Arten äußern kann, lässt sich am besten an den Spielern Javier Adelmar Zanetti von Inter Mailand und dem bereits im Fußballruhestand befindlichen Spieler Vinnie Jones darstellen. Zanetti schaffte es als Linksverteidiger bzw. zentraler Mittelfeldspieler 137 Pflichtspiele hintereinander für Inter Mailand auf dem Platz zu stehen, das heißt weder durch Verletzung noch durch Gelb- bzw. Rotsperren zu fehlen. Vinnie Jones hingegen behauptete von sich selbst, dass es seine Aufgabe war, das Spiel des Gegners zu zerstören.¹³ Mal wurde er in seiner Karriere vom Platz gestellt, nur drei Sekunde braucht er für den Rekord, sich die schnellste gelbe Karte in der Premier League einzufangen, und seinen Fans erklärte er, wie er seine Gegner mit fiesen Fouls außer Gefecht setzen konnte, ohne dass der Schiedsrichter es merke [W5].

Aggression ist eine Form der Motivation und beruht auf drei verschiedenen, in sich alleine von der Wissenschaft nicht akzeptierten Lösungsansätzen. Die *Trieb- und Instinkttheorien* stellen Aggression als Verhaltensform dar, die durch Triebe und Instinkte gesteuert wird. Die *Frustrations-Aggressions-Hypothese* ist eine Verhaltensart, die von Form und Intensität der Frustration bestimmt wird und eine Mischform zwischen trieb-, instinktorientiertem und lernorientiertem Konzept darstellt. Die *Lerntheorie der Aggression* basiert auf Lernprozessen, die durch Verstärkung (lernen durch Erfolg etc.) oder Beobachtungen entstehen.

Die Bandbreite aggressiven Verhaltens reicht von verbalen Attacken über versteckte und taktische Fouls bis hin zu brutalen, eine Verletzung in Kauf nehmenden Handlungen und untergliedert sich nach Bisanz & Gerisch (2008, S. 505) wie folgt:

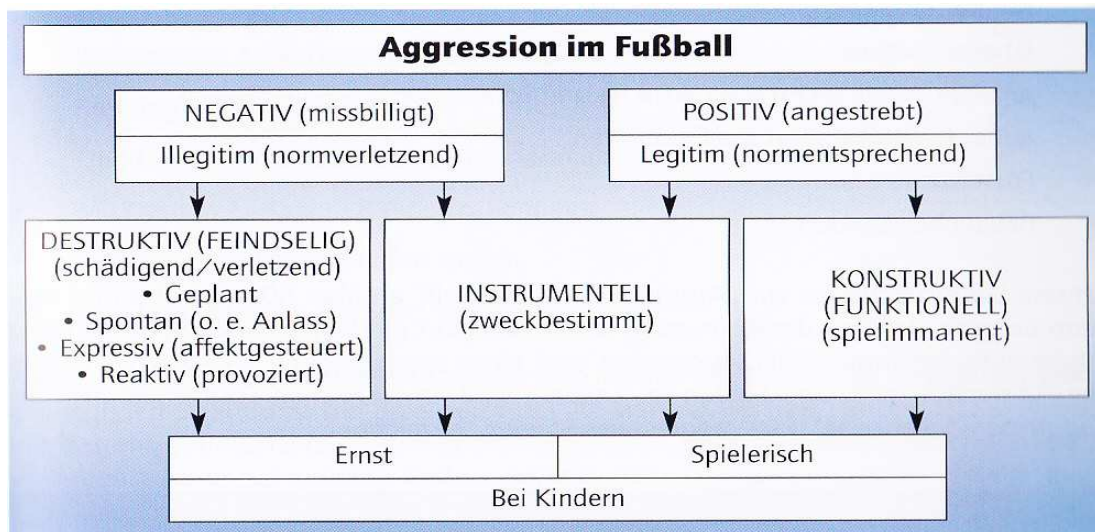


Abbildung 11: Systematik der Aggressionskategorien im Fußballspiel (Bisanz & Gerisch, 2008, S. 505)

Konstruktive Aggressionshandlungen eines/einer Spielers/Spielerin sind Pressing, Störung des Gegners bei der Ballannahme, harter aber fairer Einsatz, um in Ballbesitz zu kommen, energisches Nachsetzen nach einem Ballverlust etc. Beispiele für destruktive Aggressionshandlungen sind versteckte Fouls, den Gegner beleidigen, verbal oder durch Gesten bedrohen oder etwa auch Provokationshandlungen. Auslöser für solche Handlungen können in Übermotivation, Frustration, Revancheintention, Erfolgsdruck oder im Konkurrenzkampf liegen und sind daher weder in Amateur noch Profiligen zu verhindern. Der/die Spieler/in könnte jedoch an seiner/ihrer geistigen und emotionalen Stabilität arbeiten, um Kontrollmechanismen zu installieren, die es ermöglichen, Aggressionshandlungen in geregelte Bahnen zu leiten (z.B. Frusttoleranz, Umgang mit Provokationen).

3.2.4.1.5 Stress

Einen Elfmeter beim Stand von 0:0 in der 89 Minute zu verwandeln empfinden viele Spieler/innen schwieriger als einen bei 5:0 zu versenken, obwohl sich die sportliche Aufgabe als identisch darstellt. Der einzige Unterschied darin besteht, dass der Faktor Stress, der neben psychischer auch physischer Belastung unterliegt, die Aufgabe erschwert und im schlimmsten Fall undurchführbar erscheinen lässt. Stress lässt sich nicht kategorisch bewerten, sondern wird individuell und subjektiv empfunden. Stress ist in

seinem Ursprünglichen etwas, das sich auf den Sportler positiv auswirken sollte, da es bei entsprechender Dosierung zu einer Erhöhung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit führt. Im Gegensatz zum Eustress (guter Stress) ist der Distress (schlechter Stress) derjenige, der aufgrund von Überlastung und Überforderung dazu führt, dass der/die Spieler/in in seiner/ihrer Leistungsfähigkeit und Gesundheit negativ beeinträchtigt wird.

Stressauslösende Reize lassen sich nach Bisanz & Gerisch (2008, S. 518) drei Gruppen zuordnen, und zwar Störungen des psychischen (Zeitdruck, Über-, Unterforderung etc.), physischen (Übertraining, Wettkampfüberbelastung etc.) und sozialen (private Probleme, eigener Erwartungsdruck etc.) Gleichgewichts. Langfristig „*hochtourig*“ zu fahren, aber auch kurzfristig in Stresssituationen zu fallen, kann zu psychischem und physischem Energieverlust führen, der sich auf die vegetative (Schlafstörungen, Atemprobleme etc.), muskuläre (Ungenauigkeit und Fehler in der Motorik etc.) emotionale (erhöhte Aggressivität und Nervosität etc.) und kognitive (Konzentrationsstörungen, reduzierte Problemlösungsfähigkeit, eingeschränkte Informationsverarbeitung etc.) Ebene negativ auswirkt.

Sonderformen von Stress sind Angst und Belastung, die sich individuell unterschiedlich ausprägen. Mitunter bestimmen Persönlichkeitsmerkmale, wie Motivausprägungen, positive Grundeinstellung, Konfliktfähigkeit oder Selbstbeherrschung, was als Stress eingestuft wird und wie man ihm begegnet. Blackouts, wie brutale Fouls, fatale technische oder taktische Fehler, die zu Toren führen oder ins Publikum verschossene Elfmeter, sind Indizien für eine momentane oder längerfristige Disbalance zwischen Aufgabenanforderung und Leistungsvoraussetzung des/der Fußballers/Fußballerin. Wohingegen die Nervenstärke eines Antonin Panenka oder Zinédine Zidane, die in Weltmeisterschafts- sowie Europameisterschaftsfinale einen Elfmeter erfolgreich in die Mitte des Tors gelupft haben ein Beweis dafür ist, dass einige besser mit Stress umgehen können als andere.

3.2.4.1.6 Soziale Fähigkeiten

Außerhalb der angeführten psychologisch individuellen Aspekte eines Anforderungsprofils im Fußball besteht eine unabdingbare Notwendigkeit, all diese Fähigkeiten in ein Teamgefüge zu integrieren, um einen geschlossenen Output zu erhalten. Jürgen Klinsmanns Projekt Bayern München steht stellvertretend für ein Scheitern individueller Verbesserungsmaßnahmen unter Vernachlässigung des Kollektivs. Seine Ideologie, wenn sich jeder Spieler individuell verbessere, dann würde automatisch auch die Mannschaft besser, war kläglich gescheitert, da ein Fußballteam nicht aus elf

Individualisten/Individualistinnen, sondern aus elf miteinander verbundenen, aufeinander abgestimmten und sich gegenseitig respektierenden Spielern/Spielerinnen besteht. Der stets geforderte *Teamgeist* oder *Teamspirit* basiert auf dem positiven Umgang mit Kritik, Konflikten, Kommunikation und Krisen innerhalb des Teams und mit dem Trainer. Dabei entwickeln sich gruppendynamische Prozesse, wobei jeder/jede seinen/ihren Anteil daran hat, in welche Richtung es geht. Die Strukturform von Gruppen und die übernommenen Rollen einzelner Mitglieder sind für die Entwicklung von Teamgeist essentiell. Zur Rollenübernahme im Team und dessen Wichtigkeit für den Erfolg des/der Einzelnen und der Mannschaft bestehen mehrere Modelle (Tuckman Teamentwicklungsmodell, Bennis & Shepard – Modell der Gruppenentwicklung und das Rangdynamikmodell nach Schindler), die diese Tatsache untermauern. Das gemeinsame Ziel steht im Vordergrund und fußt auf Kommunikation, positiver Gemeinschaft und Vorbildwirkung. Für das Individuum im Team bedeutet das, sich auszukennen und zurechtzufinden, Wissen um die Situation, Bedeutung und Lage und die Kenntnis von Teamstärken und Schwächen als Teil eines größeren Prozesses. Nicht die Auswahl und das Coachen von Übungen ist das Entscheidende, sondern das Erkennen und Steuern von Gruppen- und Teamprozessen.

3.2.4.2 Bedeutung der psychischen Eigenschaften im Fußball

Dr. Claus Hollmann, Vortragender in der ÖFB - Trainerausbildung (Psychologie) sieht im psychischen Aspekt im Fußball immenses Potential, das es noch auszuschöpfen gibt, und hebt bei der Bedeutung für den/die Spieler/in noch mentale Widerstandsfähigkeit, Vertrauen in die eigenen Stärken und Kritikfähigkeit hervor. Der Stellenwert von Sportpsychologie im Fußball ist zwar angewachsen und ein Umdenkprozess ist schon längst eingeleitet, jedoch ist dieser wichtige Teilaspekt für viele heute Aktive noch immer nicht aus seiner Diffusion herausgetreten. Der Wert, den die Sportpsychologie für den Fußball hat, ist von vielen Trainern, vor allem jenen vom *alten Schlag* noch nicht ausreichend erfasst, und wird daher immer noch ins Reich des Übernatürlichen geschoben, über das man liegend auf einer Couch mit seinem psychologischen Betreuer spricht. Ein wichtiger Schritt wäre es, wenn dem/der Spieler/in all diese psychischen Prozesse klar gemacht werden, damit er/sie besser in der Lage ist, die *psychische Belastung* zu kontrollieren und zum eigenen Wohl einzusetzen. Eberspächer (1993, S. 281) definiert psychische Belastung als „immer dann gegeben, wenn die mit der Ausführung der Tätigkeit verbundene psycho-physische Beanspruchung zu Veränderung der kognitiven, emotionalen und motivationalen Komponenten sowie koordinativer Fähigkeiten der Handlungsregulation führt“. Aus dieser Definition ist eindeutig herauszulesen, dass der psychische Aspekt auf alle motorischen Grundeigenschaften sowohl einen großen

positiven als auch negativen Einfluss haben kann. Leichteste Fehler und großartige Aktionen sind gleichzeitig auf ein Wechselspiel der Gefühle im Wettkampf zurückzuführen. Wer von uns hatte nicht schon Zeiten, in denen alles zu gelingen schien, und anders herum Momente, wo einfachste Handlungen nicht durchführbar waren, und das obwohl zwischen diesen Leistungen nur Minuten lagen?

3.2.5 Gegenseitige Abhängigkeit der elementaren Faktoren

Jeder einzelne Faktor von denjenigen, die in den vorangegangenen Kapiteln ausführlich dokumentiert wurden, ist im Fußball von Wichtigkeit. Größer ist jedoch die Bedeutung der gegenseitigen Abhängigkeit der einzelnen Elemente voneinander. Ziel ist es, ein Konglomerat an Fähigkeiten und Fertigkeiten zu etablieren, das die Chance, erfolgreich Fußball zu spielen, für den Einzelnen und in weiterer Folge für das Team um ein Vielfaches erhöht. Die immanenten Wechselbeziehungen hat Schnabel et al. (2003, S.118) überschaubar in der folgenden Abbildung veranschaulicht.

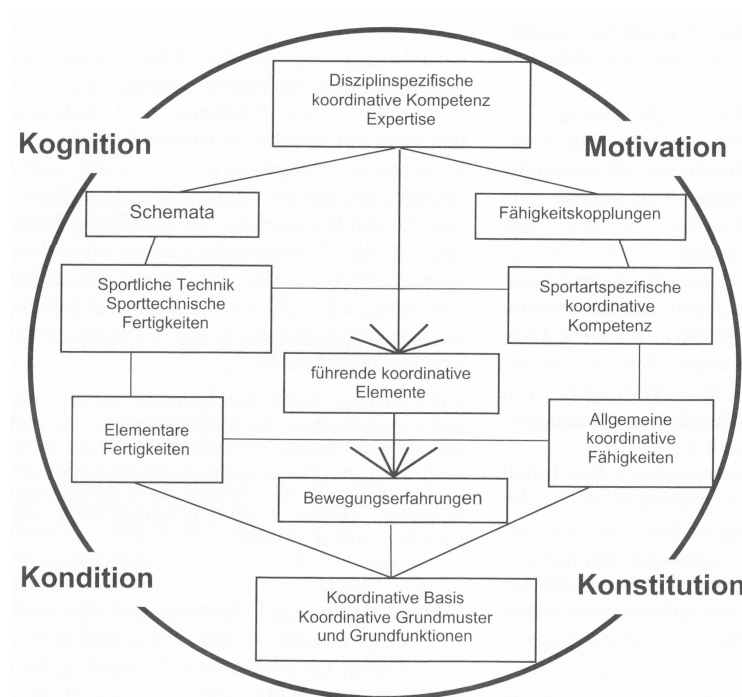


Abbildung 12: Sporttechnische Fertigkeiten und koordinative Fähigkeiten als integrativer Bestandteil des Leistungssystems (Schnabel et al., 2003, S. 118)

Elementare Fertigkeiten (Kondition) und allgemein *koordinative Fähigkeiten* (Konstitution) stehen in enger Beziehung zueinander, was sich aus ihrer Zusammenfassung herauslesen lässt. Die konstitutionellen Leistungsvoraussetzungen stellen die Fähigkeiten des menschlichen Körpers dar und bilden somit die Basis zum schnelleren bzw. langsameren

Erlernen der Technik. Dabei muss die individuelle Technikausprägung bei der Zielerreichung notfalls auf konstitutionelle Eigenheiten Rücksicht nehmen.

Eine Wechselbeziehung zwischen den beiden Komponenten *Kondition* und Technik besteht insofern, als einerseits ein hohes technisches Spielniveau einen Kraft sparenden, ökonomischen Bewegungseinsatz ermöglicht, andererseits aber die Beständigkeit in der Bewegungsausführung von den konditionellen Fähigkeiten determiniert ist. Bei unzureichender konditioneller Ausbildung lassen alle leistungsrelevanten Faktoren (Kraft, Ausdauer etc.) während des Wettspiels nach und die technischen Fertigkeiten sind auf hohem Niveau nur mehr unzureichend und gravierend schlechter durchführbar, da die feinmotorisch koordinativ abgestimmten Bewegungsmuster nicht mehr abgerufen werden können. Da die Konstanz des technischen Spielniveaus über die gesamte Spieldauer wesentlich von dem konditionellen Leistungsstand mitbestimmt wird, bilden sie zusammen die Grundlage für eine erfolgreiche Durchführung des taktischen Spielkonzepts (Bashokhaj, 2001, S. 20). Es ist hierbei wichtig, auch unter starken körperlichen Belastungen seine technischen Fertigkeiten abrufen zu können, um weiterhin taktisch handlungsfähig zu sein.

Die *Taktik* fällt unter den Bereich Fähigkeitskopplungen, sprich den Aufbau von spezifischen und charakteristischen Wechselbeziehungen leistungsbestimmender Fähigkeiten auf höherem Niveau. Durch die vorhandene Technik ergibt sich je nach Ausprägungsgrad eine verschieden große Anzahl an Lösungsmöglichkeiten in taktischer Hinsicht. Die Überlegungen von Bisanz & Gerisch (1988, S. 201) sind diesbezüglich dahingehend, dass Techniktraining auch immer Taktiktraining ist. „Leitgedanke ist dabei, dass alle Spieler eine variabel verfügbare Fußballtechnik und damit ein breites Spektrum an Handlungsalternativen für das Wettspiel erwerben.“

Die technische Ausführung leidet unter *emotionalem* bzw. *psychischem* Druck, was in weiterer Folge, wie bereits oben erwähnt, zu einer Einschränkung meiner taktischen Mobilität führen kann. Der Erwerb von generellen und individuellen Techniken steht in enger Verbindung zu den kognitiven Leistungsvoraussetzungen, das heißt, dass kognitive Prozesse einen fundamentalen Teil der Realisierung sportlicher Techniken darstellen. Die Motivation als Teil der psychischen Anforderungen reguliert den Aneignungsprozess und – grad sporttechnischer Fertigkeiten und der koordinativen Fähigkeiten und beweist dadurch nur noch mehr die enge Abhängigkeit aller Faktoren untereinander.

3.3 Zusammenfassung

Fußball ist heute die komplexeste Ballsportart der Welt. Die variierende Spielfeldgröße (45-90 Breite, 90-120 Länge), der unstete Untergrund, die große Anzahl der Mit- und

Gegenspieler/innen, die Länge und unterschiedliche Intensität der Belastung, die verschiedenen Witterungsverhältnisse, die immensen wirtschaftlichen Dimensionen und schließlich das banalste Faktum und zwar, dass der Ball mit dem Fuß gespielt wird, machen den *Proletensport* zum anspruchsvollsten Ballspiel der Gegenwart. Und genauso anspruchsvoll wie das Spiel selbst sind die Ansprüche an seine/ihre Protagonisten/Protagonistinnen auf dem Platz. In dieser Beschreibung der Anforderungen an den/die Fußballer/in steckt eine Vielzahl von Informationen, die wichtig sind, um diesen Sport überhaupt ausüben zu können. Wie im einleitenden Teil dieses Kapitels bereits erwähnt, hat der Autor versucht so verständlich und detailliert wie innerhalb dieses Rahmens möglich, ein allgemeines Anforderungsprofil zu erstellen, dass sich in seiner positionellen Ausformung noch differenzierter darstellt. Diese zugegebenermaßen durchaus oberflächige Betrachtungsweise erlaubt es dem/der Leser/Leserin jedoch, sich ein sehr gutes Bild davon zu machen, was es heißt, Fußball zu spielen, und dass Fußball mehr ist als nur ein stupider, archaischer Wettkampf bei dem 22 Spieler/innen versuchen, das *Runde ins Eckige* zu bekommen.

4. Historische Entwicklung der Spielsysteme

Dieses Kapitel beschreibt die historische Entwicklung der Spielsysteme von ihren Anfängen bis in die Gegenwart und erläutert einige davon, die den Fußball geprägt haben, etwas genauer. Zusätzlich wird die geschichtliche Entwicklung des Fußballs pointiert in den Veränderungsprozess der Spielsysteme eingebunden, um die Klarheit der Explikationen abzurunden. Die historische Entwicklung der Spielsysteme, also der Grundformation und ihrer Interpretation der Mannschaft auf dem Platz, ist für den Inhalt dieser Arbeit von grundlegender Bedeutung, da sie in direktem Zusammenhang mit der Veränderung des Belastungsprofils und der physischen Anforderungen der Spieler/innen zusammenhängt.

4.1 Definition und Begriffsbestimmung

Das Spielsystem im Fußball bildet die Grundanordnung des Teams auf dem Spielfeld und ist wohl auch die bekannteste taktische Ausrichtung. Infolge des Spielverlaufs und gekoppelt an die Fähigkeiten der Spieler/innen besteht die Möglichkeit, Spielsysteme zu variieren, um taktische Flexibilität zu erreichen. Zwischen dem Spielsystem und der Taktik besteht eine Art symbiotische Beziehung, da die Taktik die Handlungsweise der einzelnen Spieler/innen innerhalb des Spielsystems vorgibt und daher eine große Anzahl an Interpretationsmöglichkeiten offen lässt. Jedes Team spielt mit System, obwohl es von den Zuschauerrängen manchmal nicht zu erkennen ist. Ein gutes Spielsystem sollte mehrere Wesenszüge besitzen, um die Basis für erfolgreiches Arbeiten zu schaffen:

- Kräfteausgleich zwischen Angriff und Abwehrverhalten
- gleichmäßige Verteilung der Spieler/innen auf dem Spielfeld
- Elastizität in Bau und Ursprung, um Veränderungen standzuhalten und den Anforderungen der Gemeinschaft zu genügen
- Ermöglichung eines kontinuierlichen Übergangs von Abwehr auf Angriff und umgekehrt

Die Darstellung bzw. Angabe der Spielsysteme erfolgt in Nummern, einem Dreizahlensystem, das die einzelnen Teamteile angibt. Bei diesen Angaben wird der/die Tormann/Torfrau zumeist außen vor gelassen, da er/sie in jedem System mit nur einem/einer Mann/Frau besetzt ist, und der Bezug wird ausschließlich zu den Teamteilen Abwehr, Mittelfeld und Sturm hergestellt. Das wohl gängigste System stellt das 4:4:2 dar. Die erste Zahl bezieht sich auf die Anzahl der Verteidiger/innen, die zweite Zahl auf die Mittelfeldspieler/innen und die dritte Zahl auf die Stürmer/innen, wobei aus dieser

Zahlenkombination nicht klar zu erkennen ist, wie die taktische Marschroute und die genaue Anordnung des Teams aussehen. Ob die vier Verteidiger/innen in einer Kette spielen oder mit Libero, ob das Mittelfeld mit einem/einer offensiven und einem/einer defensiven Mittelfeldspieler/in agiert oder mit zwei zentralen defensiven Mittelfeldspielern/Mittelfeldspielerinnen und ob die beiden Stürmer/innen nebeneinander spielen oder einer/eine defensiver ausgerichtet ist und der/die zweite als Stoßspitze agieren soll, stellt sich dann erst bei genauerem Beobachten auf dem Platz heraus. Jeder/jede Trainer/in hat seine/ihre eigenen Vorstellungen, was die Interpretation der Spielsysteme anbelangt und mit welchen Aufgaben er/sie seine/ihre Spieler/innen betraut, um die Chancen auf ein positives Ergebnis zu maximieren. Sonderformen oder besser gesagt, nähere Angaben zu der Grundformation bieten Spielsysteme, wie etwa 4:2:3:1 (4 Verteidiger/innen, 2 defensive Mittelfeldspieler/innen, 3 offensive Mittelfeldspieler/innen und 1 Stürmer/in), 4:4:1:1, 4:3:2:1 oder 4:3:3 welche aufgrund ihrer präziseren Ausführung die Absichten des Gegners genauer erkennen lassen können.

4.2 Wandel der Spielsysteme

Die Gründung der *Football Association* (erster Fußballverband in der Geschichte) erfolgte am 26. Oktober 1863 in London, was im gleichen Atemzug dazu führte, dass England zum Mutterland des modernen Fußballs avancierte. Das Fußballspiel als solches trennte sich von den Regeln des Rugbyspiels und bekam ein eigenes Regelwerk. In den Anfangsjahren bestand jedoch inhaltlich noch eine enge Verbindung zum Rugbyspiel, die sich mitunter auch durch die Abseitsregel manifestierte. „Jeder Spieler, der der feindlichen Linie näher steht als der, der den Ball stößt, ist abseits“ (Bisanz & Gerisch, 2008, S. 25). Individualität stand im Vordergrund und daraus ergebend war nur ein Laufen mit dem Ball nach vorne möglich, was nahezu ausnahmslos zu Dribblings führte. Passen durfte man nur nach hinten. Durch diese noch heute im Rugby geltende Regel entwickelte sich ein Spiel, wie wir es heute bei unseren Kindern beobachten können und zwar dort, wo sich der Ball befindet, befinden sich auch alle Spieler/innen. Die Spieler hatten damals keine zugewiesenen Positionen und auch keine festgesetzten Aufgaben, einzig alleine die Einteilung in Angreifer und Verteidiger stellt einen Bezug zu einem Spielsystem her. Die *Fair-Catch-Regel* erlaubte es den Spielern in den Anfangsjahren des Fußballs, den Ball mit der Hand aus der Luft zu stoppen, was ab 1871 nur mehr dem Torhüter vorbehalten war, dafür aber in der gesamten eigenen Hälfte. Erst ab 1912 war das Handspiel des Tormanns nur mehr im eigenen Strafraum erlaubt. Das erste Spielsystem der Geschichte war demnach das vom *Kick-and-Rush* bestimmte *1:1:9 System* (1 Tormann, 1 Verteidiger und 9 Angreifer).

Die dargestellten Spielsysteme im Anschluss sollen zur Verbesserung im Bereich Vorstellungsvermögen und Verständnis dienen.

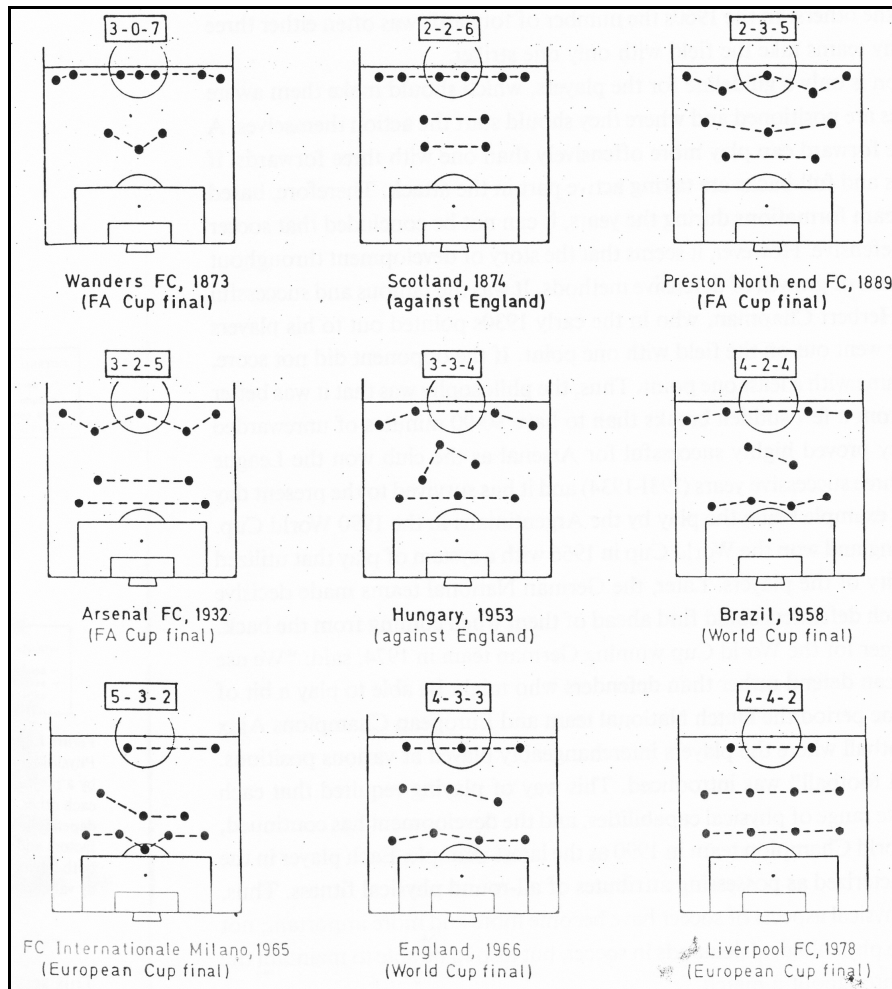


Abbildung 13: Mannschaftsformationen verschiedener Teams von 1873 – 1978 (Bangsbo, 1993, S. 15)

4.2.1 Fußball in seinen Kinderschuhen

In den Anfangsjahren war es maßgeblich die Abseitsregel, die das Spiel und die Spielsysteme bestimmte. Eine neue Regeländerung 1866 führte für einige Jahre zu keinen grundlegenden Änderungen der Spielstruktur. Eine Abseitsstellung war nach der Änderung nur dann gegeben, wenn im Moment des Abspiels mindestens drei gegnerische Spieler näher zur eigenen Torlinie standen als Angreifer. In Schottland jedoch führte diese Regeländerung in den 1870er Jahren zur Verstärkung des Passspiels anstatt endloser Dribblings. Fußball mit Verstand anstatt rohes Ringen entwickelte sich langsam. Das große Chaos war damit beendet und es herrschte ein Mindestmaß an Organisation, das den Haufen zu einer Mannschaft formierte. Und somit war es mehr das schottische als das englische Spiel, welches auszog, um die Welt zu faszinieren. Ein Spiel, dessen Schwerpunkt auf Fertigkeiten, Gewandtheit und perfekter Ballbehandlung basierte und

nicht auf Kraft und Geschwindigkeit (Bangsbo, 1993, S. 15). In dieser Zeit entwickelten sich drei Spielsysteme. Das *1-1-2-7 System* (1 Tormann, 1 Verteidiger, 2 Läufer bzw. Mittelfeldspieler und 7 Stürmer; vgl. Abb. 13 Wanderers FC) des Engländers C.W. Alcock führte seinen Verein, die Alcocks Wanderers F.C. zwischen 1872 und 1878 fünfmal zum Pokalsieg. Parallel dazu entstand das *1-2-2-6 System* oder *Passing Game* (vgl. Abb. 13 Scotland), das von der schottischen Nationalmannschaft und einigen englischen Klubs um 1870 praktiziert wurde. Durch die Aufstockung der Abwehr auf zwei Verteidiger wurde der Spielaufbau verbessert und die Abwehr gestärkt, wobei man bei einer solchen Überzahl von Angreifern von einer Raumdeckung ausgehen darf. Um die Jahrhundertwende setzte die bis dahin unbekannte Lehre der Kombination, der Evolution vom Schießen übers Dribbling zum Zusammenspiel mittels passen, ihre ersten Anzeichen.

„Mit der Verbesserung der Technik wurde der Spieler vom Ball frei, sah den Gegner und die Kameraden. Er erkannte bald, dass es viel leichter war, mit dem Mitspieler zusammen die Gegner in der Kombination auszuspielen und zum Torschuss zu kommen, als auf eigene Faust loszuziehen und seine Kraft in Zweikämpfen zu vergeuden.“ (Biermann & Fuchs, 2009, S. 57)

Die daraus resultierenden technischen Adaptionen schritten aufgrund erhöhter Dynamik und zunehmender Drucksituationen (v. a. Raum- und Zeitdruck) ständig voran. Die technische Perfektionierung der Spieler brachte wichtige Veränderungen im taktischen Bereich mit sich, denn je ausgereifter das technische Vermögen der Spieler ist, desto wichtiger werden die taktischen Belange des Spiels. Eine Erkenntnis, die alle fußballspezifischen Entwicklungen bis in die Gegenwart überdauert hat und heute präsenter ist denn je. Das dominante Spielsystem zwischen 1880 und 1925 war das *1-2-3-5 System* (vgl. Abb. 13 Preston North end FC) oder auch die *schottische Furche* (wegen des Dreiecks in der Defensive, dass sich von oben ergibt) genannt. Diese auch als *offensives System* oder *Pyramidensystem* bezeichnete Anordnung wurde nach der entscheidenden Figur im Spiel, dem zentralen Mittelläufer und somit Urahn aller Spielmacher benannt, der Dreh- und Angelpunkt zwischen Abwehr und Verteidigung verkörperte und somit einen Hauch von Mittelfeldspiel erahnen ließ. Alle Merkmale eines heutigen Offensivspiels wurden damals durch die Abseitsregel verhindert (Pässe in die Tiefe, schnelles Kombinationsspiel nach vorne, schneller Angriffsaufbau etc.). Das Spiel fand zum Leidwesen aller Zuseher meist in der Breite statt, was einen Mangel an Torraumszenen und Attraktivität mit sich brachte. Aus teamtaktischer Sicht war diese Erfindung jedoch ein wichtiger Schritt, da „Spieler in dieser Formation ohne nennenswerte Positionswechsel geschlossen angriffen und verteidigten“ (Peter, 2007, S. 21) und dieses System das Kollektiv über das Individuum hob. Und das war ein Muss, da der frisch eingezogene Profibetrieb in den beiden obersten englischen Ligen wahrscheinlich zu einer Erhöhung der Laufleistung geführt hatte und Teams daher zu anfällig bei Gegenangriffen

waren. „Schon damals zeigt sich also, dass die körperlichen Voraussetzungen Rückwirkungen auf Taktik und Spielweise haben“ (Biermann & Fuchs, 2009, S. 60). Gleichzeitig gab es auch in Österreich die ersten Gehversuche im Bereich Fußball, die schon im Jahre 1870 registriert wurden. Die grundlegenden Impulse kamen von englischen Gärtnern, die um 1890 bei der Familie Rothschild arbeiteten und die Österreicher für diesen Sport begeistern konnten. 1894 wurde schließlich der erste Fußballclub Österreichs, der *First Vienna Football Club* gegründet, welcher Initialzündung für den national beliebtesten Sport wurde.

4.2.2 Das WM-System

1925 entstand abermals die bis heute noch gültige Abseitsregel, die besagte, dass anstatt der vorherigen drei nur mehr zwei gegnerische Spieler beim Abspiel näher der gegnerischen Torlinie stehen müssen, um ein Abseits zu verhindern. Die verbesserten und erweiterten Möglichkeiten im Offensivspiel, die sich durch diese Regeländerung ergaben, nützte der damalige Arsenaltrainer Herbert Chapman, um das legendäre und in seiner Grundform oft modifizierte *WM* - bzw. *3-2-2-3 System* (vgl. Abb. 13 Arsenal FC) zu kreieren. Das W wird von den fünf Stürmern und das M von den drei Verteidigern und zwei Läufern gebildet. Chapmans Philosophie basierte auf dem Defensiv- bzw. Konterspiel, dessen pragmatische Grundlage war nicht unbedingt gut, aber dafür erfolgreich zu spielen. Der Mittelläufer wurde zum Stopper umfunktioniert und sämtlicher Offensivaufgaben beraubt. Die beiden übrig gebliebenen Läufer (Mittelfeldspieler) hatten jetzt größere Verbindungsarbeit zu leisten und zusätzlich noch die Aufgabe, die Halbstürmer zu bekämpfen. Die drei Stürmer waren ausnahmslos mit Angriffsaktionen und die Verteidiger, zwei Verteidiger und der Stopper, mit Verteidigungsaktionen beschäftigt. Chapmans Devise „Verteidigung ist die beste Weise anzugreifen“ (Biermann & Fuchs, 2009, S. 68) bildet den ersten Ansatz zum Konterfußball. Die Spielauffassung in diesem positionsstarreren System basierte nicht mehr auf Raum- sondern auf Manndeckung, was durch die klarere Zuordnung aufgrund eines ausgeglichenen Verhältnisses zwischen Angreifern und Verteidigern zurückzuführen war. Bei schwächeren Teams kam zur Stärkung der Verteidigung zum Mittelläufer (Stopper) noch ein zweiter Spieler (Doppelstopper) als Absicherung zurück. Der Spielaufbau war hauptsächlich durch Halbstürmer und Außenläufer bestimmt, was sich in einer weiteren Veränderung der physischen Positionsbeanspruchung ausdrückte. Vor der Rückennummernrevolution mit Werten gen 100, war und ist heute noch das WM-System und die damit zusammenhängenden Nummern, die auf die Aufgaben im Spiel hinweisen sollen, bis heute präsent. So sind oftmals die Zwei und Drei für die Verteidiger/innen reserviert, vier, fünf und sechs

Spieler/innen mit mehr Defensivaufgaben sowie sieben, acht, neun und elf Offensivspieler/innen bekleiden. Die magische Zehn trägt auch heute noch oft der kreativste offensive Mittelfeldspieler bzw. Spielmacher. Neben der defensiveren Ausrichtung des Teams, kam es mit der verstärkten Orientierung der Außenstürmer nach innen und Installierung eines Spielers mit allen Freiheiten zu zwei weiteren Veränderungen durch das lange sehr erfolgreiche WM-System.

4.2.3 Fußball mit nationalem Charakter

Der Fußball erfuhr im ersten Drittel des vorigen Jahrhunderts durch seine Popularisierung auch gleichzeitig eine Art Nationalisierung. Denn durch die Arroganz der angelsächsischen Insulaner emanzipierte sich der kontinentale Fußball von jenen der Briten und förderte eigene Spielstile zu Tage. Fußball als Botschafter in der Welt. So entsteht in Budapest, Prag und Wien am Beginn der zwanziger Jahre eine Spielweise, die international *Donau-Fußball* genannt wird und die auf der Verschmelzung sozialer und kultureller Einflüsse basiert. Das österreichische Wunderteam mit dem schönen und kreativen Wiener Kurzpassspiel war das erfolgreiche Resultat dieser Bewegung. Ein Team voller Fußballästheten, die, obwohl sie das gleiche System wie die Briten spielten, es anders interpretierten, was sich sehr gut am Beispiel Mathias Sindelar (*Der Papierne*) festmachen lässt. Im Gegensatz zu seinem englischen Pendant war er ein spielstarker, leichtgewichtiger, fast zarter Spieler und somit das exakte Gegenteil des robusten, britischen *target man*! Italien entwickelt wie viele andere Länder (Deutschland, Brasilien) seinen eigenen Stil, der sich aus unterschiedlichen Quellen speist. Die Trainer kommen aus Österreich oder Ungarn, Spieler oftmals aus Südamerika, dazu noch die trockenen, harten Plätze des Südens, die vermehrt Kurzpassspiel und intensives Techniktraining bedingen. Das dazugehörige WW-System wird in Italien von Vittorio Pozzo, dem Betreuer der italienischen Nationalmannschaft, installiert und führt 1934 und 1938 zum Weltmeistertitel. *Metodo*, die Methode wird es genannt und basiert auf defensiveren Halbstürmern und einem etwas offensiveren Mittelläufer, also einem insgesamt defensiveren System und somit zu einem ideologischen Vorbild des späteren italienischen *Catenaccio*. Mitte, Ende der zwanziger Jahre hielt die Professionalisierung des Fußballs in Österreich, Tschechoslowakei, Ungarn, Italien und Frankreich ein, was seinen Stellenwert im Zuge einer Spieler- und Trainerinternationalisierung auf die nächste Ebene hob. Klubdirektoren waren damals für Spielerein- bzw. Verkäufe verantwortlich, ein Konditionstrainer hatte für die Fitness zu sorgen und weit reichende taktische Überlegungen waren fast unbekannt. Es ist trotzdem nicht von der Hand zu weisen, dass

der Fußball es insgesamt als einzige Sportart realisiert hat, nationale Charaktere zu schaffen, die sich bis in die Gegenwart in ihren typischen Spielstilen unterscheiden.

4.2.4 Der Schweizer Riegel oder Verrou

Der *Schweizer Riegel* oder *verrou*, entwickelt vom Österreicher Karl Rappan in den dreißiger Jahren, funktionierte als Weiterentwicklung der schottischen Furche und war der Vorläufer des gefürchteten italienischen *Catenaccio*. Genauso wie Chapmans WM-System war die grundlegende Spielanlage das Konterspiel, da nach Rappan die Schweizer ein Team waren, das ihren Gegnern physisch unterlegen und daher auf der Suche nach einer geeigneten Kompensationsmöglichkeit war und deswegen auf verstärkte Defensive und schnelle Gegenstöße setzte. „Die Schwierigkeit dieses Systems war absolute taktische Disziplin einzufordern, ohne dabei dem Spieler die Freiheit eigenständigen Denkens und Handelns zu nehmen“ (Wilson, 2009, S 169). Neben den zwei Außenverteidigern sorgten der *Ausputzer*, der vor ihm spielende *Stopper* und ein bis zwei Mittelfeldspieler dafür, die von außen in die Mitte geleiteten Angriffe durch perfektionierte Raumverengung außer Gefecht zu setzen und selbst über das Konterspiel zum Erfolg zu kommen. Bei allen Entwicklungen bis hierher ist festzustellen, dass es auf Kosten der Angriffsspieler zu einer Erweiterung bzw. Verstärkung der Verteidigungslinien kam. Der *Halbriegel* brachte einen Vorläufer des späteren Liberos ans Tageslicht, der hinter den drei Verteidigern absicherte, ballorientiert verschob, sich aber im Gegensatz zum ihm nachfolgenden Libero nicht in den Angriff mit einschaltete, sondern ausschließlich mit Defensivaufgaben betraut war.

4.2.5 Das 4:2:4 System

In den nächsten beiden Jahrzehnten kam es zu einem schleichenden Übergang hin zu einem neuen System, dem 4-2-4, welches erstmals durch Dinamo Kiev mit Trainer Boris Akadiev in Mitteleuropa vorgestellt wurde. *Passovotchka* wurde das Kurzpassspiel genannt, das gemeinsam mit ständigen Rotationsbewegungen der Offensivspieler auch als *organisierte Unordnung* bezeichnet wurde und somit die starre Manndeckungsphilosophie des WM-Systems aufbrach. „Der auffälligste Aspekt von Dinamos Spiel war ihre Energie und die Intelligenz, wie sie sie eingesetzt haben“ (Wilson, 2009, S. 83). Die Russen waren ständig in Bewegung und konnten von ihren englischen Bewachern aufgrund ihrer körperlichen Überlegenheit kaum gestoppt werden. Der russische Fußball war ideologisch durchzogen, sodass auch innerhalb ihres Teams das Kollektiv vor die Qualitäten des Einzelnen gestellt wurde. Ein Spieler musste nicht allgemein gut, sondern nur gut für das Team sein und so blockierte das System die Entwicklung von individuellen Größen wie

Ferenc Puskas oder Stanley Matthews. Chapmans System hielt sich noch bis nach dem 2. Weltkrieg vorwiegend in England und wurde aber dann vom Flügelspiel der Sowjets, Ungarn und Brasilianer verdrängt.

Ungarns Stürmer rebellierten gegen das WM-System, sodass es notwendig war, innovativ zu werden. *Martin Bukovi*, Trainer von MTK Budapest war Initiator des neuen Systems, in dem er seinen Spielern einbläute, sich nicht sklavisch an ihre Positionen zu halten. Durch die Zurücknahme des Mittelstürmers oder auch eines anderen Angreifers ins Mittelfeld übernahm dieser die Koordination der kompletten Mannschaftsstrategie hinter dem Angriff. Die beiden Halbstürmer wurden nach vorne geschoben und spielten enger als zuvor, einer der beiden Läufer ließ sich zwischen die Außenverteidiger zurückfallen, die noch vom liberoartigen Läufer gesichert wurden. Der zweite Läufer hatte die Aufgabe, *Nandor Hidegkuti*, dem großen Strategen der ungarischen Nationalmannschaft (*Aranycsapat*), den Rücken frei zu halten und die beiden Außenstürmer kamen etwas zurück, um besser anspielbar zu sein, und somit ergab sich ein *4-2-4 System* mit einer sehr flexiblen Spielauffassung in der Offensive. Diese alles dominierende Spielweise hing von dem taktischen Geschick und dem blinden Verständnis der brillanten Offensivfußballer Ungarns ab, die ständig ihre Positionen wechselten und sogar ihre beiden Verteidiger ins Flügelspiel integrierten. „Zentral für die ungarische Spielweise war die Aufgabe des festen Positionsspiels“ (Biermann & Fuchs, 2009, S. 85), wohingegen nahezu alle anderen Mannschaften schematisch organisiert waren, und ihre direkten Gegenspieler schon anhand ihrer durch Rückennummern zugewiesenen Positionen zu erkennen glaubten. Sicherlich vorstellbar ist die Konfusion, die in der englischen Mannschaft entstand, als die Ungarn ihre Rückennummern vertauschten und ihr flexibles Offensivspektakel abfeuerten, das zur ersten Niederlage (3:6) der Engländer auf eigenem Boden führte. Das Rückspiel in Ungarn ging sogar 1:7 verloren. „Es war nicht Hidegkuti, der England verwirrte, ihr ganzes System und ihr Spielstil waren außerirdisch“ (Wilson, 2009, S.90) bemerkte der englische Mittelläufer Syd Owen. Die Schwäche dieses flexiblen Systems war die strukturgeschädigte Defensive, die auch mitunter dazu führte, dass Ungarn nach einer dreijährigen Siegesserie im Finale der WM 1954 gegen das deutsche Team im Finale 3:2 unterlag. In diesem System bekam auch der Torwart neue Aufgaben. Aufgrund der offensiven Ausrichtung entstanden sehr viele Räume für Gegenstöße, die ein Mitspielen in der Abwehr verlangten und den Schlussmann sozusagen zum Ausputzer hinter der Verteidigung umfunktionierte. Die ungarische Spielauffassung und ihr System gingen rund um die Welt und trafen in Südamerika auf ein Team, für die es aufgrund ihrer Lebensweise und Spielphilosophie wie zugeschnitten passte. Brasilien. Und der Importeur war der ungarische Trainer Bela Guttmann.

Die erste südamerikanische Fußballnation auf dem europäischen Festland, deren Fußballvertreter noch regionalem Denken unterworfen waren, war Uruguay, welches eine neue Art Fußball zu spielen zelebrierte. Der perfekte Umgang mit dem Ball, das schnelle und direkte Spiel, die perfektionierte Kunst der Tricks und Finten, sowie das Spiel ohne Ball ließen zeitgenössische Beobachter in Ehrfurcht erstarren. Eine alles in allem Jahrzehnte lang gültige Beschreibung des südamerikanischen Fußballs, dem es oftmals nur an taktischer Disziplin mangelte, so wie es auch bei Brasilien der Fall war. Brasiliens damaliges Spiel basierte auf zwei widersprüchlichen Maximen: maximale Unterstützung im Angriff und trotzdem äußerste Sicherheit in der Verteidigung (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 98). Das 4-2-4 System (vgl. Abb. 13 Brasil) Brasiliens 1958 war nicht nur die Basis zu deren erstem Weltmeistertitel, sondern auch die Wende vom Defensiv- hin zum Offensivspiel. Das Spiel der Südamerikaner imponierte durch Variantenreichtum und Flexibilität gepaart mit immenser Laufbereitschaft. Sie schafften es, ständig sieben bis acht Spieler am Offensiv- bzw. Defensivgeschehen zu beteiligen, das heißt auch Verteidiger angreifen und Stürmer verteidigen zu lassen. Raumdeckung und Verschieben in der Defensive hießen die beiden Schlagwörter, die dies zuließen. Diese beiden Verhaltensweisen sind keine Erfindung der Moderne, sondern wurden von Brasilien schon bei der WM 1958 in seinen anfänglichen Formen praktiziert. Zur Aufgabe des starren Offensivspiels der Ungarn kam noch eine „*Hintermannschaft wie eine ständig verschiebbare Gummimauer*“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 101), die als Vierer-Kette in einer Raumdeckung agierte und mit dem ballorientierten Spiel somit drei erfolgreiche und auch gegenwärtige Spielweisen in Offensive und Defensive verband. Die moderne Spielauffassung der beiden Flügel Noel und Zagalo, die in der Defensive engen Kontakt zur Verteidigung hatten, führte während des Spiels zu einer Wandlung des Spielsystems auf ein 4:3:3 oder sogar ein 4:4:2, wenn sich Didi, der Sturmdirigent, hinter die Angriffskette fallen ließ. Dieses spezielle Verhalten kombiniert mit großer Spielgeschicklichkeit, Spielwitz und dribbelstarken, trickreichen Spielern vor allem in der Offensive und der Faktor Körperlichkeit sorgten für einen souveränen Titelgewinn der Spieler vom Zuckerhut. Nicht nur Natürlichkeit und Naivität waren die Garanten des Triumphs, sondern zusätzlich eine Professionalisierung und Aufstockung der sportlichen und administrativen Betreuung dienten als Eckpfeiler des Erfolgs. Die meisten Spieler litten unter Wurm- oder anderem Parasitenbefall, sowie Anämie und anderen leistungsreduzierenden Hindernissen, die gemeinsam mit 470 beschädigten Zähnen vor der Weltmeisterschaft behandelt wurden, um das Team in körperlicher und geistiger Bestform zu präsentieren. Diese Weltmeisterschaft war aufgrund der taktischen Interpretation des Siegers zukunftsweisend für neue Möglichkeiten im Fußballspiel. Die einzelnen Spielpositionen wurden flexibler ausgelegt. So übernahmen Stürmer Defensivaufgaben und Verteidiger unterstützten ihren Angriff. Jene

Teams, die nicht auf diesen Zug aufspringen bzw. sich nur ungenügend auf die Veränderungen einstellen konnten, liefen Gefahr, in der Abwehr unterbesetzt zu sein, und das führte zur Installierung eines freien Spielers hinter der Abwehr, dem Libero. Der Fußball erlebte bei dieser WM einen Wendepunkt von der Mann- zur Raumdeckung und das führte somit zur Beerdigung des 2-3-5 und des WM-Systems und zu einer Veränderung des Anforderungsprofils für die Verteidiger. Gefordert waren jetzt Raumorientierung, Schnelligkeit, Beweglichkeit, taktische Schulung und Ballbeherrschung und das zu einer Zeit, in der „die Verteidiger eher durch Kraft und Härte überzeugen wollten“ (Bierbaum % Fuchs, 2009, S. 102). Von nun an waren alle grundlegenden Systeme vorhanden und in Zukunft lag der Schwerpunkt auf ihrer Anwendung und Interpretation, sowie auf dem Stil der zu spielen verlangt wurde.

4.2.6 Catenaccio

Eine Wiederauferstehung der dunkelsten Stunden des Fußballs haben wir in den letzten Wochen der Champions League 2009/10 mit einer neuen Interpretation des gefürchteten italienischen *Catenaccio* (Riegel oder Sperrkette, vgl. Abb. 13 FC Internazionale Milano) durch Inter Mailand miterleben dürfen. Das *Recht der Schwachen* bezeichnete der italienische Erfinder *Gipo Viani* dieses Spielsystem, das als Weiterentwicklung des Schweizer Riegels galt und die Bezeichnung für Defensivfußball schlechthin darstellt. Der Mittelläufer sichert in diesem System hinter einer Viererabwehr, die aus den beiden Außenverteidigern und den beiden Läufern besteht. Die Halbstürmer übernehmen gleich davor Sicherungsaufgaben und der Linksaußen spielt ebenfalls weit zurückgezogen, wobei auch der zweite Flügelspieler in der Defensive mithilft. Bei Ballbesitz stoßen, wie wir es im Champions League Finale und Halbfinale von Inter Mailand beobachten konnten, abwechselnd die Offensivkräfte nach vorne. Viani war der Begründer des *Catenaccio*, aber zweifelhaften Weltruhm erlangte es durch die Erfolge der Mailänder Clubs Inter und AC. Vor allem Inter Mailand unter dem Trainer *Helenio Herrera*, der Schönspielerei und Offensive als Geschwätz abtat, und dessen vorrangiges Ziel im Spiel es war, einen Treffer weniger zu kassieren, vertrat diese defensive Spielweise und gilt heute als Vater des *Catenaccio*. Der klassische Libero, der Ausputzer bzw. der Retter in letzter Not war die neue zentrale Figur in diesem Spiel und hatte in der Zeit nach seiner Geburtsstunde ausschließlich zerstörende, destruktive Aufgaben. Der Held des *Catenaccio* war sinnbildlich Vertreter für den italienischen Fußballstil dieser Zeit und in den Jahrzehnten danach, als die geistigen Söhne Herreras (Trapattoni etc.) diese Art Fußball zu spielen weitervertraten und praktizieren ließen. Erfolg galt als oberste Prämisse in Herreras Fußballphilosophie, was zu einer totalen Kontrolle und Betreuung der Spieler führte, um die gesetzten Ziele zu

erreichen, und zwar auf legale und manchmal auch illegale Weise. „Alles, vom Schlaf, dem Training über die Ernährung bis hin zur Sauerstoffzufuhr, die am Tag vor dem Spiel stattfand, war alles genauestens geregelt“ (Wilson, 2009, S. 183) und führte zu einer Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit, um den damaligen Anforderungen des Spiels und der Spielweise zu entsprechen. Herreras Spielauffassung in der Offensive war: „Vertikaler Fußball mit höchstem Tempo, nicht mehr als drei Pässe, um in den gegnerischen Strafraum zu kommen“ (Wilson, 2009, S. 184) und ähnelt damit Maurinhos Philosophie in den beiden letzten internationalen Spielen mit Inter Mailand in der Champions League. Überraschenderweise fand dieses Spielkonzept viele Anhänger in Südeuropa und im lateinamerikanischen Bereich, wo der *futbol da muerte* (Todesfußball) Einzug hielt. Genannt wurde er deshalb so, weil er unglaublich brutale Attacken von Verteidigern gegenüber den gegnerischen Angreifern beinhaltete und trotzdem vom Publikum stürmisch gefeiert wurde. Das Problem, das *Catenaccio* hatte, war, dass das Mittelfeld überfordert werden konnte und somit Angriffspersonal auf Kosten der Angriffskraft nach hinten gezogen werden musste. Herrera war der Erste, der erkannte, dass Fußball zum Geschäft geworden war, in dem der Erfolg vorrangig war, und löste damit eine Diskussion aus, die just in dem Moment präsenter ist denn je: Geht es im Fußball nur um Erfolg oder auch um Schönheit, Freiheit und Ästhetik des Spiels.

4.2.7 Der Totale Fußball

Der Fußball soll ganzheitlich gemacht werden. Kein Team aus Individualisten, sondern wie Sir Alf Ramsey, Trainer der englischen Nationalmannschaft beim Titelgewinn 1966, feststellte, dass es die *Mischung* (blend) ausmacht. Sein Ziel war es, die individuellen Fähigkeiten von elf Spielern in eine höchst effektive Teamleistung zu transferieren. Er verwandelte das 4:2:4 System in ein „wing-less wonder, Wunder ohne Flügelstürmer“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 105) 4:3:3 bzw. 4:4:2 System mit Bobby Charlton als Spielmacher, das bis dato als Basis im englischen Fußball gilt. Dieser ganzheitliche Ansatz und die von Ramsey propagierte Mischung spielt auch heute noch eine wichtige Rolle im Fußball.

Der *het totale voetbal* (totale Fußball) fand in seiner Vollkommenheit seinen Ursprung in den Niederlanden, die zu dieser Zeit auf Klub- als auch auf Nationalmannschaftsebene drittklassig waren. Der totale Fußball wird mit den Spielern von Ajax Amsterdam, an deren Spitze Johan Cruyff als Universalgenie genannt werden soll, nicht nur in Verbindung gebracht, sondern sie werden auch als Urheber bzw. Spieler mit entscheidender Prägung dieser Spielweise und dieses Systems bezeichnet. Diese Entwicklung war radikal und neu und brachte einige grundlegende Veränderungen mit sich. Der Weg führte weg vom

Spezialistentum und im Idealfall hin zum universell einsetzbaren Akteur. Die Betrachtung und effektive Nutzung des Raums stand im Zentrum dieses Fortschritts. Rinus Michels und Valeriy Lobanovsky (Ajax Amsterdam und Dynamo Kiew), Vertreter dieser Ansicht, waren sich einig, worum es beim Fußball geht, und zwar um Raum und wie man ihn kontrolliert. „Mach im Ballbesitz das Spielfeld groß und es ist einfach den Ball zu behalten; mach ihn klein, wenn du ihn nicht hast, und es wird viel schwieriger für den Gegner ihn zu bewahren.“ (Wilson, 2009, S. 218) Im Prinzip lief jeder, um Raum für sich zu finden, oder wie Marinho, Spieler vom FC Barcelona unter Rinus Michels, sehr treffend feststellen konnte: „It was all about space“ (Wilson, 2009, S. 227). Die Holländer verfolgten ihr Dogma und unterstützten ihre offensive Spielweise durch Pressing und eine gut funktionierende Abseitsfalle. Um dieses Kräfte raubende und körperlich anspruchsvolle Pressing durchführen zu können, wurde der Gegner schon in der eigenen Hälfte systematisch attackiert und Positionen von in der Offensivbewegung beteiligten Spielern durch Mitspieler, im Sinne einer Raumökonomie, übernommen. „Diese fließende Spielweise ermöglicht größere Flexibilität und Mobilität auf dem Spielfeld und verwirrt den Gegner, der sein starres Deckungsschema kaum noch anwenden kann“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 109). Eine massive Verteidigung durchbricht nur ein massiver Angriff, was gleichzeitig bedeutet, dass sich auch die Abwehrspieler mit in den Angriff einschalten müssen. All diese Elemente bedürfen einer physischen Kapazität, wie sie unter Amateurbedingungen nicht vorhanden ist. „We could play sixty minutes of pressing“ (Wilson, 2009, S. 229) ist nicht nur aufgrund einer verbesserten und ausgewählten Nahrungsversorgung und eines detaillierten aufgebauten Trainingsschema möglich, sondern bedurfte auch wie bestätigt erlaubter und verbotener pharmazeutischer Produkte. Eine weitere Neuerung im totalen Fußball ist die offensive Spielweise des Liberos vor der Abwehr, wie sie bei Ajax durch Velibor Vasovic und später Ari Haan und Danny Blind sowie bei Bayern München und der deutschen Nationalmannschaft durch Franz Beckenbauer interpretiert wurde, wobei sie auf holländischer Ebene durch das Hinausrücken der Abwehr und des Liberos zusätzlich dazu diente, mehr Druck auf den Gegner auszuüben, die Räume dadurch noch enger zu machen und das Abseitsspiel als offensive Möglichkeit zu nutzen. Durch dieses Vorrücken entstand oftmals ein 3:4:3 System mit einem Übergewicht im Mittelfeld. Wohingegen andere Nationen bzw. nationale Teams wieder in traditionelle Systeme und Spielphilosophien zurückfielen, waren es Mannschaften wie Ajax, die holländische Nationalmannschaft und Lobanovskys Dynamo Kiew ebenso wie das russische Team und der AC Milan unter Arrigo Sacchi, die den totalen Fußball weiterentwickelten und ihrer Linie treu blieben. Der AC Milan Ende 80iger Anfang 90iger Jahre war durch ein perfektes Pressing, unerhörte Zweikampfstärke, eine radikal gespielte Abseitsfalle und durch intelligent kalkultiertes Foulspiel das non plus ultra des Fußballs weltweit. Sacchi berief sich

bei seiner Arbeit auf jene von Valeri Lobanovsky, einem Mitbegründer des modernen Fußballs, der nicht auf der Suche nach Stars in der Mannschaft war, sondern eine Starmannschaft schaffen wollte, in der alle Spieler alles spielen können. Die Ideen des totalen Fußballs, „ständige Bewegung der Spieler, kollektive Aktionen der Spieler in hoher Geschwindigkeit, hohe individuelle Fähigkeiten, die aber nur auf der Basis von Zusammenspiel stattfinden“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 114), wurden ständig weiterentwickelt und sind den heutigen Ansätzen schon sehr nahe. Die hohen Anforderungen an Spielverständnis, technische und taktische Perfektion, höchste konditionelle Fähigkeiten und die geforderten Allroundfähigkeiten von allen Spielern waren die Schwierigkeit, dieses System überall zu installieren, da diese als Grundbedingung anzusehen waren, um auch damit erfolgreich zu agieren. Die Achse Amsterdam – Kiew – Mailand war in der Lage, diese Bedingungen zu erfüllen, was in der Folge zu vielen nationalen, sowie internationalen Titeln geführt hat. Das Zeitalter von Spielern, die mit ihren außergewöhnlichen Fähigkeiten nur selten ins Spiel eingreifen konnten, endete hiermit. Nicht die Klasse des einzelnen Spielers stand im Vordergrund, sondern die Verschmelzung der Kräfte aller beteiligten Akteure. „Fußball heute, das ist eigentlich immer totaler Fußball“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 116).

4.2.8 Konzeptfußball vs. Heroenfußball

So wie schon in den 30iger Jahren Karl Rappan auf der Suche nach einem Weg war gegen nominell stärkere Mannschaften zu bestehen, geschah dies auch in den letzten beiden Jahrzehnten des vorigen Jahrhunderts. Volker Finke, langjähriger Trainer des SC Freiburg, warf die beiden Worte Konzeptfußball und Heroenfußball in die Runde und nahm unbewusst gleichzeitig Stilbeschreibungen vor. Finkes Beschreibung vom Heroenfußball galt damals Mannschaften, allen voran Borussia Dortmund, die an einer starren Interpretation eines Systems festhielten und durch den Zukauf von hochwertigen Spielern ihre Erfolge sicherten, wohingegen Mannschaften wie Ajax Amsterdam, wo „weniger der Einzelne das System, sondern mehr das System das Spiel des Einzelnen bestimmt“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 44) Vertreter des Konzeptfußballs darstellten. Ziel und Innovation an diesem Konzept war, die Fähigkeiten der Akteure auf dem Platz über ihre individuellen Beschränkungen zu erweitern. Statt Fußball mit ehernen Positionen wurde versucht flexibel und variabel zu spielen, 1:1 Situationen aus dem Weg zu gehen, Überzahl zu schaffen und schnelle Kurzpasskombinationen zu forcieren. Dieser Fußball der Moderne wurde aus einer Not heraus geboren, mit mittelmäßigen bis guten Spielern Spitzenmannschaften mit ihren herausragenden Protagonisten die Stirn zu bieten. Dieser offensive Kombinationsfußball, der in seiner Perfektion momentan vom FC Barcelona

betrieben wird, erlangte nicht wegen seiner Erfolge, sondern wegen der Art und Weise des Spiels, der Ästhetik und Schönheit des Fußballs, Berühmtheit. Die Umsetzung dieser taktischen Neuerungen basierte auf konzeptueller Unterordnung und mannschaftlicher Akzeptanz. Klub- und Verbandsinternes Hierarchiedenken, das sich auch innerhalb der Mannschaft widerspiegelte, stemmte sich gegen diese Entwicklungen und verhinderte bzw. verzögerte den Durchbruch dieser Philosophie. Der Konzeptfußball von damals existiert in dieser Art und Weise nicht mehr, da auch die Großklubs nicht nur Zugriff auf entsprechende Mittel besitzen, sondern diese auch nützen, sodass wieder die Qualitäten des einzelnen Spielers in den Vordergrund rücken, was die Kluft zwischen Reich und Arm augenscheinlicher macht denn je. Bemerkenswert, sei abschließend noch erwähnt, ist, dass die Väter jener innovativen Idee, Fußball zu spielen, Lehrer waren, die heute zu den weltbesten Trainern gehören (Louis van Gaal, Arsene Wenger, Aime Jacquet, Ottmar Hitzfeld, Christoph Daum, Ralf Rangnick etc.), weil sich möglicherweise ihre Erfahrungen nicht nur aus ihrer Profikarriere speisen, sondern sie auch einen theoretischen und distanzierten Zugang zum Fußball haben.

4.2.9 Die Viererkette und der Tod des Liberos

Viererkette ist nicht gleich Viererkette und somit nicht Sinnbild gebend für modernes Spiel. Mit vier Abwehrspielern spielte schon Brasilien bei ihrem zweiten Titelgewinn 1958. Und auch danach gab es mehrere Versuche vor allem in England defensiv mit einer Abwehrreihe aufzutreten. Was die Viererkette jedoch modern und im heutigen Spiel unabdingbar macht, ist ihre flexible offensive und defensive Interpretation durch Spieler/innen und Trainer/innen gepaart mit der Taktik der ballorientierten Verteidigung, so wie wir sie heute fast überall im Fußball sehen können.

4.2.9.1 Entstehung der Viererkette

Weg von den Gedanken an brasilianische und englische Viererketten Mitte bis kurz vor Ende des vorigen Jahrhunderts gilt unsere Aufmerksamkeit den oft richtungweisenden Weltmeisterschaften 1990 bis 2002. Jene 12 Jahre, in denen die Fußballwelt den Übergang vom Libero Baresi, Beckenbauer, Sammer oder Wolfgang Feiersinger, der der letzte österreichische Vertreter dieser aussterbenden Spezies bei einer Großveranstaltung war, hin zur modernen Viererkette erlebte. 1990 sorgten *noch* „15 von 24 Teams für eine Aufsehen erregende Renaissance des Liberospiels“ (Peter, 2007, S. 26). Ein wichtiger Schritt in Richtung moderner Viererkette entstand in Holland, wo das Nationalteam schon in den 70iger Jahren mit Viererkette und offensiven Außenverteidigern agierte. Das so

genannte *Ajax-System* unter Louis van Gaal besaß außer zwei Manndeckern in der Verteidigung nur Spieler, die in Raumdeckungsaufgaben aktiv waren, mit dem primären Ziel, Überzahl in Ballnähe zu schaffen. Die WM 1994 ließ bereits eine Trendwende erkennen, da mehr als die Hälfte aller Teams mit einer Viererkette agierten, die bei manchen Mannschaften aber nur zu einer Erhöhung des Defensivpersonals führte, wohingegen andere Vertreter, wie Brasilien etwa, dauerhafte Angriffe über die Außenverteidiger initiierte und somit Überzahl im Angriff, vor allem auf den Außenpositionen, schaffen konnte. Durch taktische Meisterleistungen, geschlossenes Auftreten, Kreativität, ausgeprägtes Kombinationsspiel und immense physische Bereitschaft erreichte Brasilien mit nur drei Gegentoren den Weltmeistertitel und bewies vielen Kritikern, vermeintliche Lücken in der Kette durch aufeinander abgestimmtes Agieren zu schließen. Der nächste Schritt tat sich 1998 in Frankreich, wo es zu einer flexibleren Auslegung der starren Viererkette von 1994 kam. Die beiden Außenverteidiger agierten nicht mehr auf einer Höhe mit den zentralen Innenverteidigern, was auch in weiterer Folge weg vom Abwehrbollwerk Viererkette zum Teil eines flexibleren Angriffsspiels mutierte. Durch die offensive Spielweise der Außenverteidiger ergaben sich oft Räume auf den geöffneten Seiten bei Gegenstößen, die dann durch Verschieben der restlichen drei Verteidiger auf eben jene gefährdete Seite, plus Positionierung eines zentralen defensiven Mittelfeldspielers vor der Abwehr geschlossen werden und der Konter somit verzögert bzw. aufgehalten werden musste. Die WM 2002 stand im Zeichen von Abwehrkettenvariationen, einmal drei, einmal vier in einer Kette, wobei die erfolgreicher Mannschaften nicht mit dieser *verkürzten* Kette spielten, sondern mit allen Vieren. Flexibilität der Ketten stand im Hauptaugenmerk und die Tatsache, die sich schon lange bestätigt hatte, dass der Spielaufbau und das Angriffsspiel von den Verteidigern bestimmt werden, die sich auch an die dementsprechenden technisch-taktischen Anforderungen anzupassen hatten. Das erfolgreiche und oft mit Ruhm beleckerte Spiel des Liberos verschwand, mit Ausnahme des Europameistertitels der Griechen 2004, von der Bildfläche und hinterließ einen Abwehrverbund mit vier neuen Helden des modernen Fußballs.

4.2.9.2 Prinzipien ballorientierter Raumdeckung

Die Prinzipien der ballorientierten Raumdeckung finden in dieser Arbeit Berücksichtigung, da sie mit ausschlaggebend für heutige Belastungsschemata sind und weil sie partiellen Einfluss auf das positionsspezifische Anforderungsprofil im Fußball haben. Die Viererkette in der Abwehr ist nur ein Teil eines Gesamtgefüges der ballorientierten Raumdeckung innerhalb eines Teams, die prinzipiell auf dem ganzen Platz stattfindet. Die ballorientierte Raumdeckung fußt auf einzel-, gruppen- und auf teamtaktischen Maßnahmen.

Das taktische Verhalten eines/einer einzelnen Spielers/Spielerin ist heute untrennbar mit den taktischen Vorgaben des ganzen Teams verbunden. Die Summe der Einzelaufträge ergibt aber nicht zwangsläufig den Gesamtauftrag, da es ereignisbedingt zu ständigen Rückkopplungen kommt. Das bedeutet, dass das Verhalten jedes/jeder Einzelnen klarerweise vom Verhalten der Gruppe oder des Teams beeinflusst wird, aber auch der/die Einzelne durch sein/ihr Verhalten am Felde seine/ihre Mitspieler/innen in ihrer Bewegung lenkt. Dennoch gibt es einige taktisch Grundregeln, die nur einen/eine einzelnen/einzelne Spieler/in betreffen und zwar die Orientierungspunkte Ball, Mitspieler/in und Gegenspieler/in in genau dieser Reihenfolge. In erster Instanz muss die direkte Linie zwischen Ball und eigenem Tor geschlossen werden, dann die gegenseitige Absicherung und als letzte Instanz muss der/die Gegner/in mit allen Mitteln des Zweikampfs entweder zum Ballverlust, zu einem Rückspiel oder einem unkontrollierten Abspiel gezwungen werden.

Die Grundregeln des/der Einzelnen gelten natürlich auch für die Gruppe und werden um folgende Mechanismen erweitert.

- *eng machen der Räume in Ballnähe*

Ein ständiges *ballorientiertes Verschieben* des gesamten Teams und der einzelnen Gruppen *im Block* ist notwendig um den/die Ball führenden/führende Gegenspieler/in gruppenweise unter Druck zu setzen und *Überzahl* zu schaffen. Diese gruppen- und teamartigen Bewegungen müssen in alle Richtungen am Platz stattfinden.

- *Absicherung und Staffelnung*

Der/die Zweikampf bestreitende Spieler/in muss von den nächsten Mitspielern/Mitspielerinnen abgesichert werden, um erstens Pässe in die Tiefe zu vermeiden und zweitens beim Durchbruch des/der Gegners/Gegnerin den/die Gegenspieler/in zu stellen und in einen neuerlichen Zweikampf zu verwickeln. Die Notwendigkeit einer Staffelnung in der Abwehrreihe impliziert, das Fundament einer günstigen Ausgangsposition für einen eigenen Angriff zu schaffen.

- *übernehmen und übergeben*

Um möglichst wenige Räume in der Abwehrarbeit aufzureißen, werden kreuzende bzw. Zonen überschreitende Gegenspieler/innen an den/die nächsten/nächste Mitspieler/in übergeben bzw. von ihm/ihr übernommen. Dabei kommt es je nach Spielnähe zum Tor zu einer weiteren bzw. engeren Deckung des/der Gegenspielers/Gegenspielerin.

- *Coaching*

Gegenseitige verbale Unterstützung und Weitergabe prägnanter, Spielsituation lösender Anweisungen sind für die positive Abwicklung dieser Mechanismen unumgänglich und gehen im Normalfall vom Hintermann aus.

- *Prinzip der ökonomischen Laufwege*

Durch die ballorientierte Raumverteidigung ergeben sich kürzere Laufwege, was es dem/der Einzelnen und der Gruppe ermöglicht, schneller aktiv in das Geschehen einzugreifen.

- *Spiel auf Abseits*

Durch das Spiel auf Abseits soll der Angriff des Gegners aufgrund ständiger Änderung der Abseitslinie durch das Nachrücken bei einem Raumgewinn verzögert, behindert und letztlich unterbunden werden. Dieses taktische Mittel ist auch geeignet, um den Spielrhythmus des Gegners zu brechen, man benötigt dazu aber ein gleichzeitiges, organisiertes und abgestimmtes Handeln der letzten Verteidigungslinie.

Die Aufgabe des Teams ist es, nach Ballverlust möglichst viele Spieler/innen hinter den Ball zu bekommen, die demzufolge versuchen, die Räume Richtung Ball eng zu machen. In der Abwehrarbeit findet je nach Nähe zum Ball bzw. zum eigenen Tor ein ständiger Wechsel zwischen enger Deckung und Raumdeckung statt. Je näher sich der/die Gegenspieler/in beim Ball bzw. bei meinem Tor befindet, desto enger wird die Deckung. Alle diese Prinzipien und diese Vorgaben verlangen ein höchstes Maß an Konzentration, Kommunikation und physischer Grundlagen, um Spiele positiv abschließen zu können.

4.2.9.3 Manndeckung vs. ballorientierter Raumdeckung

Im Laufe der Geschichte des Fußballs haben sich zwei verschiedene Arten der Bewachung des Gegners herauskristallisiert, wobei ich hierbei die kombinierte Deckung, wie sie bei Standardsituationen verwendet wird und die aus den beiden zentralen Deckungsarten Mann- und ballorientierte Raumdeckung besteht, außen vor lasse. Beide Deckungssysteme haben Vor- bzw. Nachteile und äußern sich auch in verschiedenartiger biologischer Belastung. Den Unterschied sehr treffend beschrieben hat Franz Beckenbauer, indem er behauptete:

„Ich konnte mit dem Ball am Fuß fünfzig oder sechzig Meter weit laufen. Niemand hielt mich auf, weil jeder Gegner einen Mann zu beschirmen hatte. Heute, wo jede Mannschaft Raumdeckung betreibt, das heißt alle paar Meter ein Gegner steht, könnte ich diese Märsche durchs Mittelfeld gar nicht mehr unternehmen. Ich käme bei diesen Läufen nicht weit, würde am dritten, spätestens am vierten Mann hängen bleiben“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 112)

Raumdeckung wurde, wie bereits in einem der vorangegangenen Kapitel erwähnt, auch schon praktiziert, als der Fußball noch in seinen Kinderschuhen steckte. Damals jedoch aus einer Not heraus geboren, da sich wenige Verteidiger einer großen Überzahl von Angreifern gegenüberstehen und Manndeckung in seiner späteren Gebräuchlichkeit zwar möglich, aber definitiv nicht effektiv gewesen wäre. Verglichen mit moderneren Spielsystemen, in denen die Anzahl der Abwehrspieler zumindest eine Gleichzahl, in den meisten Fällen aber Überzahl gegenüber ihrem angreifenden Pendant herstellen konnte, schien Manndeckung ein durchaus probates und erfolgreiches Mittel, die Offensivkräfte der Gegner zu binden und Tore zu vereiteln. Heute wird auf höchstem Niveau nur mehr ballorientierte Raumdeckung gespielt und dies ist auch taktisches Mittel und Weg, individuell überragende Spieler, wie Lionel Messi, Arjen Robben oder Cristiano Ronaldo, weitestgehend ihrer Gefährlichkeit zu berauben, ohne sie über den ganzen Platz beschatten zu lassen. Die erfolgreiche Taktik der Manndeckung in der Abwehr, die Griechenland unter Otto Reihagel 2004 zum Europameistertitel geführt hat, scheint überaltert, ausgemustert und nicht zukunftssträchtig, zumal mehrere Faktoren für diesen überraschenden Erfolg verantwortlich waren. Die Vorteile einer Manndeckung wären neben einer klaren Aufgabenverteilung und damit zusammenhängend keinerlei Kompetenzprobleme natürlich noch die Einstellung auf nur einen/eine Gegner/in. Dass das Spiel dann ausschließlich durch 1:1 Duelle entschieden wird, mag vor allem das aus besseren Einzelspielern/Einzelspielerinnen bestehendes Team als positiv empfinden, doch die Nachteile sind schwerwiegender. Die Laufwege werden bei der Manndeckung durch den Gegner bestimmt, was logischerweise zu einer Zerstörung der Ordnung der Abwehrspieler und in weiterer Folge zu Konfusion und Eröffnung vieler Spielräume für den Gegner führt. Zusätzlich kann sich der Manndecker nur bedingt ins Offensivspiel einschalten, was in weiterer Folge zu einem sehr statischen und wenig attraktiven Spiel führt. Zu viel ist abhängig von der Individualität der Spieler/innen und würde die Kluft zwischen individuell guten und weniger guten Teams immer mehr vergrößern.

Durch die Ökonomie der kürzeren Wege der Raumdeckung spart das Team Energie, die dann in den Zweikämpfen bzw. nachfolgenden Angriffsaktionen gebraucht wird, deren Ausgangsposition durch die optimale Raumaufteilung wesentlich verbessert ist. Durch Absicherungsmechanismen, Staffelung und verschieben der Teamteile zum Ball hin, ist man dem/der Gegner/in im Optimalfall immer zahlenmäßig überlegen, was neben einer Erleichterung der Balleroberung auch zu einem Zuwachs mentaler Stärke führt. Die Nachteile der Raumdeckung hängen mit der mangelhaften

Interpretation ihrer selbst zusammen, wodurch Abstimmungsprobleme im Defensivverhalten innerhalb der Zuständigkeitsräume der einzelnen Spieler/innen entstehen können und die *Nahtstellen*, d.h. die Übergänge der Verteidigungszonen, anfällig für Angriffe werden.

Dass Steffen Hofmann, derzeit Spieler bei SK Rapid Wien, auch in den letzten Jahren teilweise von österreichischen Mannschaften in Manndeckung genommen wurde, spricht, bei aller Wertschätzung für die herausragenden Qualitäten dieses Spielers, nicht für die Qualität der Durchführung der ballorientierten Raumdeckung dieser Teams in Österreich.

4.2.9.4 Platzmangel auf dem Spielfeld

Auf die Kritik Gerd Müllers an der Qualität der deutschen Stürmer Gomez, Klose und Podolski antwortete Joachim Löw, Trainer der deutschen Nationalmannschaft, dass sich die Aufgabe für die Offensive immens erschwert hat: „Der Fußball hat sich besonders in der Kunst der Verteidigung enorm weiterentwickelt. Soviel Räume, wie sie Stürmer früher 90 Minuten lang hatten, gibt es heute für die Stürmer nicht mal fünf Minuten lang in einem Spiel.“ [W5] Das Spielfeld hat aber immer noch die gleichen Vermessungsdaten, die es immer schon gehabt hat, und die Spieler/innen wären heute aufgrund ihrer körperlichen Verfassung in der Lage, eine weitaus größere Spielfläche zu *beackern*. Die tatsächlich bespielte Fläche ist aber ca. 40 m lang und 50 m breit, auf der sich mit Ausnahme der beiden Torhüter nahezu alle Spieler/innen bewegen und versuchen, sich gegenseitig das Leben zu erschweren. Dieser riesige Pulk verschiebt sich über das ganze Spielfeld und ähnelt in manchen Phasen dem Kinderfußball, bei dem alle darauf erpicht sind, den Ball zu jagen. Und genau durch dieses Verengen bzw. Verdichten der Räume mit Spielern/Spielerinnen soll der Gegner unter Druck gesetzt und zu Fehlern gezwungen werden. Stress entsteht im Ballbesitz und was dann passieren kann, wurde bereits in einem der vorangegangenen Kapitel genauer dargelegt. Und „Fußballspielen auf höchstem Niveau ist Stress, purer Stress“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 29), Stress, dessen Intensität im letzten Jahrzehnt des vorigen Jahrtausends noch anders war. Die Stürmer/innen drangen schon in den feindlichen Strafraum ein und der Libero mit seiner Hintermannschaft war zum gleichen Zeitpunkt noch dabei, den eigenen Strafraum im Sinne der Raumaufteilung zu verteidigen. Die Fläche auf der früher faktisch gespielt wurde, war wesentlich größer und die Wege, die man zurücklegen musste, um Überzahl zu schaffen, einfach zu groß. „Mittlerweile gelingt es guten Mannschaften durch ihr athletisches Vermögen und eine damit beträchtlich erhöhte Laufleistung die Spielfläche enger zu

machen“ dadurch „läuft man also insgesamt wesentlich mehr, um damit die Wege zu den Brennpunkten möglichst kurz zu halten“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 129). Heute bestehen solch weiträumige Spielflächen wie früher nur mehr in unterklassigen Ligen bzw. gegen Ende Kräfte raubender und sehr intensiver Spiele, wenn die Akkus der Spieler/innen leer sind und die Ordnung dadurch unter Auflösungserscheinungen zu leiden hat, oder wenn noch mal die Brechstange herausgeholt wird, um einen Rückstand zu egalisieren. Diese Enge des Raums ist ein Kennzeichen des modernen Spiels und basiert auf dem taktischen Element des Verschiebens und unterscheidet sich dadurch vom Fußball früherer Generationen. Hinzu kommt noch ein weiterer Faktor, der nicht nur Raum verengend wirkt, sondern auch den Zeitdruck auf den Gegner erhöht, und zwar die Balljagd, das Pressing.

4.2.9.5 Pressing

Vorformen des Pressings entstanden schon zu Zeiten des totalen Fußballs in Holland, aber auch dieses taktische Mittel wurde weiter verbessert, sodass es heute zu einem wichtigen und fixen Bestandteil des erfolgreichen Fußballspiels zählt. Pressing ist eine gruppen- und teamtaktische Maßnahme, um Gegner in Raum- und Zeitdruck zu bringen, und deshalb ein wirkungsvolles Mittel, um in Ballbesitz zu gelangen. Die grundlegenden Ziele des Pressings sind erstens die schnelle Balleroberung bzw. Rückeroberung, zweitens kommt es zu einer Verunsicherung beim Gegner und ihrem Spiel und drittens wird dadurch der Spielaufbau des Gegners gestört und somit an taktischen Grundanweisungen gerüttelt. Die verschiedenen Arten des Pressings und die Zonen, in denen sie stattfinden, sind in Abbildung 14 dargestellt.

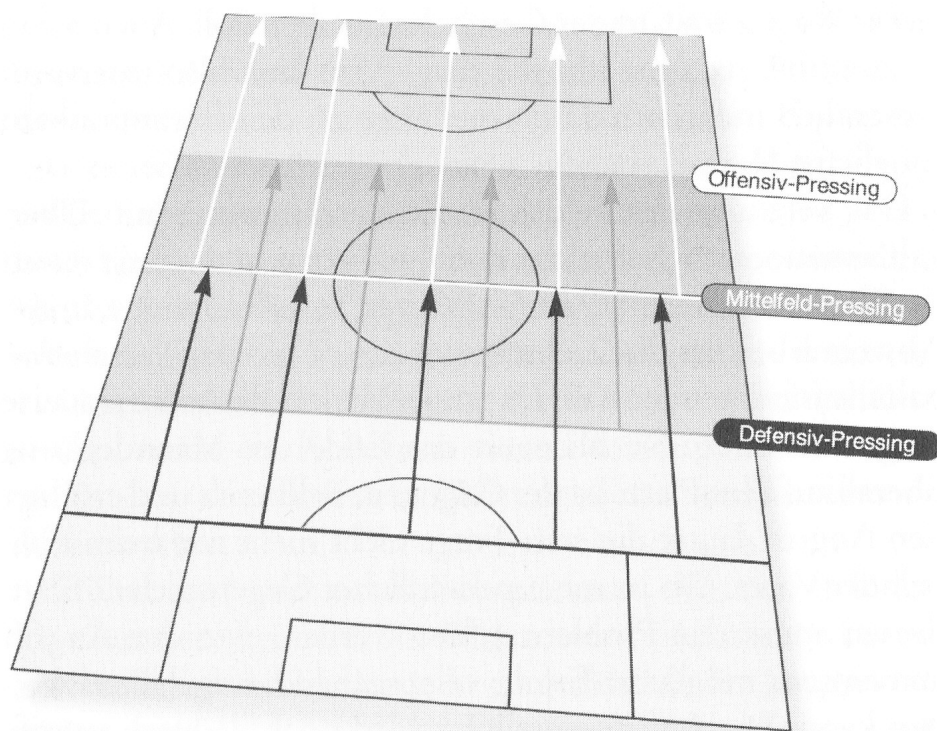


Abbildung 14: Pressingzonen (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 130)

Totales Pressing bzw. offensives Pressing beginnt bereits in der gegnerischen Hälfte und dabei werden schon die Verteidiger und in weiterer Folge auch der Tormann unter Druck gesetzt. Der Vorteil dabei ist, dass ein möglicher Spielaufbau sofort unterbrochen bzw. gestört wird und sich bei Ballgewinn eine äußerst günstige Ausgangssituation für einen Torabschluss ergibt, da der Ball zumeist in der Nähe des gegnerischen Tors erobert wird. Ein nicht unerheblicher Nachteil des Angriffspressing besteht darin, dass sich aufgrund der Ansammlung nahezu aller Spieler/innen in der gegnerischen Hälfte sehr große Räume im Rücken der Abwehr ergeben, die durch geschicktes Konterspiel ausgenutzt werden könnten. Eine immense Begünstigung erfuhr das Offensivpressing durch die Einführung der Rückpassregel. An dieser und allen anderen Pressingsituationen sind alle Mitglieder des Teams aktiv und auch passiv beteiligt.

Das Mittelfeldpressing bezieht sich auf die grau schraffierte Zone in Abbildung 14 und erfolgt nach einem Rückzug hinter eine bestimmte Linie, meist im Bereich der Mittellinie, die vom Trainer festgelegt wird, um wirkungsvoll zu agieren. Die Vorteile aus dieser taktischen Variante erschließen sich aus den Faktoren Zeit, Raum und Entfernung zum eigenen Tor. Der eigenen Mannschaft bleibt hierbei mehr Zeit für die wichtige Vororganisation des Pressings, während alle Spieler/innen sich hinter die gedachte Linie zurückziehen. Der Raum hinter der Abwehr ist wesentlich geringer als der beim Angriffspressing und daher leichter zu verteidigen und der Gegner ist noch weit genug vom

Tor entfernt, um bei Ballverlust nicht gleich automatisch Torgefahr auszustrahlen. Der Nachteil besteht jedoch darin, dass der Gegner ungestört seinen Spielaufbau und taktische Marschroute verfolgen kann. Spieler/innen, die sich außerhalb der Pressingzonen befinden, werden wie bei allen Pressingsituationen nur im Raum gedeckt. Dem Gegner dürfen keine Schwachstellen oder Lücken offenbart werden, um selbst zielsicher und positiv zu agieren. Bei Angriffs- und Mittelfeldpressing ist eine aktive Beteiligung des Torwarts als eine Art *old style Libero* notwendig, um die Räume hinter der Abwehr teilweise abzusichern, ohne dabei aber der Gefahr zu entgehen, ein Tor aus großer Entfernung zu erhalten.

Die letzte und mit dem geringsten Aufwand verbundene Art des Pressings ist das Abwehrpressing, das in Abbildung 14 von den schwarzen Pfeilen markiert ist. Das Abwehrpressing dient als eine Notlösung, wenn der Gegner viel stärker ist. Durch die weit in der eigenen Hälfte durchgeführte taktische Finesse werden die bespielbaren Räume in Tornähe überaus eng und schwer durchdringbar und zusätzlich gibt es auch nahezu keinen Raum hinter der Verteidigung, in den die Offensive stoßen könnte. Beispielgebend hierfür sei jene Form des Verteidigens von Inter Mailand gegen FC Barcelona im Champions League Halbfinale 2010 beim Rückspiel in Barcelona und FC Chelsea gegen FC Barcelona im Champions League Halbfinalrückspiel 2009 in London, wo beide Mannschaften in Barcelona offensichtlich einen übermächtigen Gegner sahen.

Die letzte Form des Pressings ist das situative Pressing, das namentlich situationsgemäß angewandt wird. Passende Situationen für ein allgemeines bzw. situatives Pressing wären ein Einwurf, ein Rückpass zu einem Mitspieler oder Torwart und technische Unsicherheiten des/der Gegners/Gegnerin bei Ballan- bzw. mitnahme. Wenn der Gegner in Unterzahl ist, so ist das ebenfalls eine gute Möglichkeit, Pressing zu spielen, sowie wenn der Gegner an der Außenlinie in Ballbesitz ist und er unter zusätzlichen Druck durch die verringerten Lösungsmöglichkeiten kommt, da die Outlinie pressingunterstützend wirkt. Der negative Spielstand ist das letzte Faktum, das sogar defensiv eingestellte Teams zum Pressing verleiten kann, um ihre Chancen auf einen Punktegewinn zu erhöhen.

Um Pressing überhaupt spielen zu können, bedarf es einiger geistiger, physischer und theoretischer Grundvoraussetzungen. Zuerst einmal müssen die Prinzipien der Raumdeckung (siehe Kapitel 4.2.9.2 Prinzipien ballorientierter Raumdeckung) eingehalten werden. Der Ball muss gejagt und der Ballbesitzer mit dem Ziel der Balleroberung attackiert werden. Immens wichtig ist auch das Stellungsspiel der Sturmspitzen, die mögliche Rückzugsmöglichkeiten durch Rückpässe zu den Verteidigern/Verteidigerinnen unterbinden sollen. Neben diesen Fähigkeiten sind noch ein hohes konditionelles Niveau, Zweikampfstärke, Handlungsschnelligkeit, Aggressivität, Motivation, Antizipation und

taktische Disziplin notwendig sowie die Beherrschung von 1:1, 2:2 und Überzahlsituationen.

Einige Vorteile des Pressings wurden schon bei den verschiedenen Arten des Pressings angesprochen. Hinzu kommt noch das Pressing gegen technisch schwache Gegner, gegen langsamen Spielaufbau und gegen Zeitspiel. Das Pressing birgt trotz seiner hohen bis höchsten Intensität kürzere Laufwege. Die Schattenseite des Pressings ist augenscheinlich und wie eben erwähnt seine hohe Intensität und daher seine beschränkte Einsatzfähigkeit, wie auch bei der WM 1998 festgestellt wurde: „Infolge der hohen Intensität in praktisch allen Partien war keine Mannschaft in der Lage, ein permanentes, auf das ganze Spielfeld ausgedehntes Pressing zu betreiben“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 132). Pressing erfordert außerdem noch gemeinsames, aufeinander abgestimmtes Handeln aller Personen eines Teams und offenbart dadurch auch Räume, die bei einer Befreiung des Gegners aus dem Pressing genützt werden können.

Jedem Team stehen natürlich auch Mittel und Wege zur Verfügung, einem Pressing zu entgehen und selbst aktiv zu werden, z.B. Einzelaktionen, Dribbling, Direktspiel, sicheres Kombinationsspiel unter Druck, Rückpässe, lange Pässe in die Tiefe des Raums, Ausschuss oder Bälle einfach weg schlagen. Abschließend wäre zu sagen, dass sich nicht nur die physiologischen Anforderungen durch die konsequente Nutzung einer Form des Pressings definitiv erhöht haben, sondern auch noch an Intensität zunehmen werden.

4.2.10 Der Spielstil

Stilentwicklungen entstanden schon in der ersten Hälfte des vorigen Jahrhunderts, wie etwa der mitteleuropäische *Donaufußball*, der englische *kick and rush* Stil oder der *Passovotchka*, der Kurzpassstil der Russen, der in den 1920iger Jahren und noch danach für Furore sorgte. So praktizieren auch heute Teams ihren unverkennbaren Stil und damit auch ihre Art, Fußball zu spielen. Der FC Barcelona oder Arsenal London stehen für attraktiven, erfrischenden und offensiven Kombinationsfußball, genauso wie Werder Bremen oder Bayern München in Deutschland. Diese Art, Fußball zu zelebrieren, steht in enger Verbindung mit den Trainern dieser Mannschaften, die bei der Auswahl der Spieler, der Trainingsinhalte und der angepassten Systeme dem Spielstil ihre Prägung verleihen. Otto Rehagel etwa, Förderer des Flügelspiels, verpflichtet stets kopfballstarke Spieler als zentrale Spitzen wie Karl Heinz Riedle oder Olaf Marschall. Der derzeitige Stil von Austria Wien ist eng mit dem Namen Karl Daxbacher verbunden, der sehr viel Wert auf seine Defensivabteilung legt, einen ansehnlichen Kombinationsfußball fördert, aber auch sehr viel Erfolg durch Standardsituationen erzielt. Viele Trainer hinterlassen Spuren und Handschriften im Fußball, an denen man ihren Stil erkennt, den sie aber auch aufgrund von

diversen fußballspezifischen Entwicklungen adaptieren bzw. ändern können. Der Trainer rückt immer mehr ins Zentrum des Spiels, befindet sich stets an den Schnittstellen von Entwicklungen, „er beschleunigt oder verlangsamt sie, er ersinnt neue Handlungsfäden und gibt alte auf – er ist im besten Fall der Autor des Spiels“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 45). Der Stil kann aufreizend, unterkühlt, hölzern, stürmisch, statisch, impulsiv, temperamentvoll oder destruktiv sein. Ganze Vereine können Spielstile begründen. Der Prototyp dafür ist der Ajaxstil in Amsterdam, wo ein ganzer Verein vom Nachwuchsbereich bis zur Kampfmannschaft ihren speziellen Stil gefördert und gefordert hat und das sehr erfolgreich, ebenso wie es der FC Barcelona praktiziert. Das Publikum ist unübersehbar ein prägendes Element des Spielstils. Man denke nur an die frenetischen Beifallsrufe in englischen Stadien für harte und faire Tacklings, unermüdlichen Einsatz und immense Willensstärke, hervortretende und grundehrliche Eigenschaften, für die ein Spieler in Österreich belächelt wird. Was mit diesem Kapitel veranschaulicht werden soll, ist, dass der Stil, von wem auch immer vorgegeben, mitbestimmend für die Intensität und Anforderungen des Spiels ist. All diese Beispiele legen eindeutig klar, dass Teams die nominell das gleiche System spielen, eine komplett andere Art Fußball auf dem Platz zeigen können. Der Tod der Systeme ist dadurch vorprogrammiert.

4.2.11 Das Entschwinden der Systeme

Egal ob das erfolgreiche 4:2:3:1 der Spanier bei der Europameisterschaft 2008 oder das 4:1:4:1 von Inter Mailand, das ihnen den Champion League Titel 2010 brachte, - die Frage nach dem Spielsystem wird zwar noch häufig gestellt, um zumindest eine gewisse Grundidee von der Aufstellung des Gegners zu haben, doch wie gespielt wird und wer welche Aufgaben zu erfüllen hat, ist in vielen Fällen erst auf dem Platz nachzuvollziehen. Die klaren Grenzen, die früher zwischen den Systemen gezogen wurden, sind durch die Flexibilität der agierenden Akteure verschwommen und zu fließenden Übergängen geworden. Schon bei der WM 2002 in Südkorea und Japan wurde offensichtlich, dass Mannschaften verschiedene Systeme innerhalb des Turnierverlaufs bzw. in anspruchsvollerer Form während des Spiels variieren konnten. Im Laufe der Geschichte des Fußballs wurden so ziemlich alle Systemvariationen angewendet, die aufgrund dieser Zahlenkombinationen möglich sind, um erfolgreich zu sein. Daher liegen die Veränderungen, wie sie bis jetzt stattfanden und auch in Zukunft stattfinden werden, in der Interpretation der Positionen und damit in engem Zusammenhang mit den Eigenschaften, die das Team und im Einzelnen das Individuum mitbringt. Formale Vorgaben auf dem Papier rücken durch die Anpassungsfähigkeit der einzelnen Spieler/innen, auf rapide wechselnde Gegebenheiten teamadäquat zu reagieren, in den Hintergrund. Somit haben

sich durch die Bank die Anforderungsprofile aller Spieler auf dem Platz verändert, und das stets in dieselbe Richtung: „Er muss mehr Verantwortung fürs Ganze übernehmen“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 144). Eine Veränderung, die auch dem besten Torschützen der österreichischen Nationalmannschaft, Toni Polster, auf den Kopf fiel, als er trotz vereinsintern bester Torschütze, sowohl mit dem 1. FC Köln als auch mit Borussia Mönchengladbach, abstieg und dann aussortiert wurde, weil er nicht die notwendige Defensivleistung zu leisten imstande war und er genauso wie Andreas Herzog zu Auslaufmodellen im Fußball gehörte. Arbeitsteilung auf dem Platz ist gestorben. 11 Spieler sind für den Angriff und die gleichen 11 auch für die Verteidigung verantwortlich. Früher aufgrund fehlender körperlicher Kompetenzen nicht umsetzbar, ermöglicht die Athletik der heutigen Spieler/innen einen Transfer nahezu aller Ideen der Trainer und in weiterer Folge rückt durch die technisch-taktischen Fähigkeiten der Akteure die Ästhetik und Schönheit des Spiels wieder in den Vordergrund. Die Nominierung eines/einer Stürmer/in ist von mehr Kriterien abhängig als von der, Tore zu erzielen, der/die Abwehrspieler/Abwehrspielerin wird auch an seinen/ihren offensiven Fähigkeiten gemessen und ein/eine Tormann/Torfrau kann schnelle Gegenstöße und somit Tore einleiten. Der Fußball von heute wird anders betrachtet und dementsprechend auch differenziert bewertet. Im modernen Fußball, in einer Zeit, in der alle Teams über ausreichende taktische Handlungsmöglichkeiten verfügen, rückt die Dominanz der Systeme zugunsten der Fähigkeiten des Individuums zurück und schafft wieder mehr Platz für Spielerpersönlichkeiten, die dem Spiel ihres Teams im Sinne des Teams ihren Stempel aufdrücken. Und so schließt sich der Kreis im Sinne von Sir Alf Ramsey's *Mischung*, die heute aber im Gegensatz zu 1966 aus 11 Individualisten besteht, die ihre Fähigkeiten in den Dienst des Teams stellen.

4.2.12 Der österreichische Weg

Strukturelle und inhaltliche fußballspezifische Erneuerungsprozesse gingen an unserem Heimatland vorbei bzw. kamen stets verspätet an, da sich der heutige Fußballzweig Österreich ständig an seinem großen Bruder Deutschland orientierte, der ebenfalls die internationalen Entwicklungen verschlief. In Österreich hielt sich das Verständnis fester Zuordnungen auf dem Platz, jenes Mann-Gegen-Mann Denken, das andere Nationen längst hinter sich gelassen hatten, zu lange. Selbstverständlich waren die Erfolge der österreichischen Nationalmannschaft mit der Qualifikation zur WM 1990 und 1998 sowie der Einzug von Austria Salzburg ins Uefacupfinale 1994 und SK Rapid Wien in das Finale des Europapokals der Pokalsieger 1996 günstige Argumente für Reformgegner alles in einem guten Licht zu betrachten. Dass diese Erfolge jedoch nicht auf eine nationale Entwicklung, sondern eher dem Zusammentreffen günstiger Umstände zuzuschreiben waren, interessierte hierzulande niemanden. Wolfgang Frank, 1997-1998 Trainer der

Austria Wien, startete zu dieser Zeit, in der in Österreich Taktik und System eine untergeordnete Rolle spielten, und er als Idee-verrückter-Professor galt, erstmals den Versuch, die Viererkette in Österreich zu etablieren, und scheiterte damit genauso kläglich wie einige seiner Stammesvertreter, da Österreich und seine Spieler noch nicht bereit dafür waren und sich noch in den Erfolgen der glorreichen Vergangenheit sonnen wollten. Die Zeichen der Zeit wurden aber auch in Österreich erkannt, als der große Bruder Deutschland ein ums andere Mal bei großen Turnieren Schiffbruch erlitt. Die Auswirkungen dieser Versäumnisse zeigen sich eindeutig in der Platzierung des österreichischen Nationalteams in der FIFA-Weltrangliste seit ihrer Einführung (Abbildung 15).



Abbildung 15: Fifa Weltrangliste – Verlauf der Platzierung des österreichischen Nationalteams

Ein Schritt in die richtige Richtung sind die beiden Projekte Challenge 2008 und Projekt 2012., der österreichische Weg¹. Ersteres, initiiert 2000 mit Weitblick auf die Heimeuropameisterschaft, lässt seine ersten Auswirkungen bereits in der Zusammenstellung der heimischen Fußballkader und des Nationalteams erkennen, in denen sich immer mehr junge, talentierte Spieler/innen wiederfinden, die die Idee des österreichischen Wegs verkörpern. Eine Wende wurde noch rechtzeitig eingeleitet, bevor wir im totalen Nichts des internationalen Fußballs gestrandet wären. Die Entwicklungskurve zeigt nach oben, was auch die Erfolge der nationalen Clubs bei den internationalen Wettkämpfen der Saison 2009/10 dokumentieren können. Der österreichische Weg, wenn von allen so konsequent verfolgt wie propagiert, könnte die Rückkehr für den heimischen Fußball auf die Straße der Sieger sein.

¹ Der österreichische Weg. Nachzuschlagen unter http://www.oefb.at/uploads/elements/4885_file1.pdf (Challenge 2008) bzw. Projekt 12 unter <http://www.oefb.at/projekt-12-pid593>

4.3 Zusammenfassung

Die Wichtigkeit dieses Kapitels war dem Autor vor Beginn der Arbeit nicht ganz klar, doch durch die tiefere Auseinandersetzung mit der Materie entstand gewissermaßen der Kern für das Verständnis der Veränderungen des physiologischen Anforderungsprofils im Fußball, der aber bis hierher noch nicht mit Zahlen untermauert wurde und in den anschließenden Kapiteln nachgereicht wird. Dem Leser müssen jedoch auch bis hierher die immensen Entwicklungen, die der Fußball schon hinter sich gebracht hat, aufgefallen sein, und er muss wissen, dass hier noch lange kein Endstadium erreicht wurde, sondern noch ausreichend Luft nach oben ist. Die Vorstellung alleine, dass Abwehrspieler/innen keine Offensivaufgaben haben und Angreifer/innen nur vorne stehen und auf Bälle warten, die ihnen durch die *Wasserträger* zugeschoben werden, würde heute vielen Fußballfachleuten mehr als nur einen Lacher entlocken. Der/die allseits gebildete Spieler/in steht im Zentrum der Erwartungen des/der Trainers/Trainerin, und soll über keinerlei Schwächen und herausragende Fähigkeiten verfügen. Kreative Maschinen, die den Anforderungen des modernen Fußballs gewachsen sind, sollen so weit gebracht werden, diese sie zu erfüllen, oder einfach durch sein weitmaschiges Anspruchsnetz fallen, in dem nur die Besten hängen bleiben. Fußball als Firma, als wichtiger und einflussreicher Wirtschaftsfaktor mit seinem Kapital, den Protagonisten/Protagonistinnen auf dem Platz, als Wertanlage und Investitionsmöglichkeit gehegt und umsorgt, das ist der Fußball von heute. Geld regiert nicht nur die Welt, sondern auch den Fußball, und so sind stets die potentesten Vereine dabei, wenn es darum geht, *galaktische* Teams zu formen, um Titel zu gewinnen. Immer wieder sah man sich mit solchen Teams, Systemen oder Taktiken konfrontiert, die nicht oder nur schwer zu schlagen waren, und doch gelang es immer wieder manchen Teams, Mittel und Wege zu finden, um gegen die Besten, die Unschlagbaren erfolgreich zu arbeiten. Im Kampf David gegen Goliath ist es die Strategie und Systematik der Vorgangswiese Davids, dem es niemals an Innovationsmotivation mangelt, die ihm einen Vorteil gegenüber den übermächtigen Fußballmagnaten verschaffen kann. Und so wird sich der Fußball, getrieben durch den Kampf ums sportliche Überleben der Kleinen, auch in der Zukunft noch weiterentwickeln, getreu dem Motto von Herbert Chapman, das er seinem Freund und Trainer des österreichischen Wunderteams Hugo Meisl nach der Erfindung des WM-Systems verriet: „Schau Hugo, es funktioniert. Ich warte einfach, bis es jeder kopiert hat, dann werde ich was Neues aufbringen“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 71).

5. Quantitative Leistungsdiagnose im Fußball

„Wohingegen andere Athleten ihre besten Leistungen zu einem bestimmten Punkt ihrer Saison bringen können, muss der Fußballer während der ganzen Saison beste oder nahezu beste Leistungen abliefern“ (Tan, Aziz, Teh, 2005, S. 134). Fußball ist, wie aus den vorangegangenen Kapiteln ersichtlich ein temperamentvoller, begeisternder, bewegender aber auch anspruchsvoller Sport. Anspruchsvoll in vielerlei Hinsichten, für deren aller Beleuchtung hier nicht der nötige Raum gefunden werden kann, und daher der Schwerpunkt der Arbeit auf den physischen Aspekt dieser Sportart ausgerichtet ist. Diese Leistungen des Fußballers, die Tan et al. so hervorheben sind mit bloßem Auge kaum oder nicht zu messen. Daher nahm es sich die Wissenschaft zur Aufgabe, diese schnellen, ausdauernden, kräftigen oder beweglichen Spieler/innen unter die Lupe zu nehmen, sie auf Herz und Nieren zu prüfen, um so Datenmaterial zu erhalten. Diese gewonnene Information dient, oder besser formuliert, *könnte* seit dieser Zeit als ein wichtiges Kriterium zur Evaluierung von Leistungen, zur Entwicklung Leistung steigernder Trainingsprogramme, zur Analyse von Stärken bzw. Schwächen oder auch als Kontrollinstrumentarium dienen. Könnte deswegen, weil der Autor aus eigener Erfahrung weiß, dass zwar Tests auf vielen Ebenen durchgeführt werden, um das Gewissen aller Verantwortlichen zu beruhigen, diese jedoch meist nur archivarischen Charakter und wenig Einfluss auf die Trainingsarbeit haben. Das Interesse, Spiele zu analysieren, entstand schon in der ersten Hälfte des vorigen Jahrhunderts, doch von den Möglichkeiten, die dem Fußball heute zur Verfügung stehen, um seinen Spielern/Spielerinnen auf den Zahn zu fühlen, hätten damalige Trainer nicht einmal zu träumen gewagt.

5.1 Die Spielanalyse

Die Spielanalyse im Fußball ist ein weit reichendes Thema, dass in diesem Kapitel nur oberflächlich und überblicksartig behandelt wird, da sich der Schwerpunkt des Kapitels mit dem Vergleich der durch Spielanalytiker gesammelten Daten auseinandersetzt. Die systematische Sportspielbeobachtung hat als solches das Ziel, eine Vielzahl von verwertbaren Daten zu liefern, um Spieler/innen, das Spiel, den Spielverlauf und damit zusammenhängende Konsequenzen für den Trainingsalltag zu beurteilen und übersichtlich und verständlich darzustellen. Die Aufgabe der naiven Spielbeobachtung lag früher ausschließlich in der Hand des Trainers, dessen Fähigkeit Spiele zu lesen, Talente zu erkennen und taktische Vorgehensweisen des Gegners zu entschlüsseln, noch heute als Grundqualifikation eines/einer guten Trainers/Trainerin angesehen wird. Das sich Trainer/innen durch Spielanalysesysteme in ihrer Kompetenz beschnitten sehen, anstatt die unglaublich Möglichkeiten zu nutzen, die eine gute computerunterstützte Analyse zu

bieten hat, ist keine Erscheinung der Moderne sondern ein Generationenproblem. Nach Bauer (1992, S. 201) ist das Beharrungsvermögen der Trainer groß, „ihre Bereitschaft, sich mit neuen Technologien (Video und Computer) auseinanderzusetzen und deren Möglichkeiten auszuloten, ist bei vielen Trainern noch zu wenig entwickelt“. Da die neue Trainergeneration bereits mit den modernsten Technologien aufgewachsen ist, wird die fehlende Akzeptanz mit zunehmendem Ausscheiden der älteren Trainerriege immer geringer werden. Um dem Problem fehlenden Verständnisses zu entgehen, wäre eine Installierung geschulten Personals hilfreich bzw. bei der Zusammenstellung des Betreuer/innenteams darauf zu achten, dass eine notwendige Zusatzqualifikation im Bereich computergesteuerter Spielanalyse bereits vorhanden und somit abgedeckt ist. Dass Notwendigkeit eines Analyseinstrumentariums besteht, begründet sich auf der Tatsache nach Franks und Miller (1991; S. 288), dass Fußballtrainer/innen *maximal* 40% der entscheidenden Information eines Spiels unter Laborbedingungen, d.h. Vorführung eines Spiels auf dem Fernseher, wiedergeben konnten. Durch den ungünstigen Beobachtungsposten auf der Trainerbank, verglichen mit jenem der Fernsehkamera und der Stressfaktor während des Spiels mit eingerechnet, entgehen dem/der Trainer/in eine erhebliche Zahl von wichtigen Informationen. Zum besseren Verständnis des Wettkampfspiels und zur Gewinnung relevanter Erkenntnisse zur Trainingssteuerung, was die Verbesserung des eigenen Spiels sowie die Gegnervorbereitung beinhaltet, sind sachgemäße Analysen absolut notwendig. Trotz der Sinnhaftigkeit und des vielfältigen Nutzens statistischer Spielbeobachtungen bestehen ablehnende Haltungen die Loy (1992, S. 162-163) wie folgt begründet:

- es besteht ein grundsätzlicher Zweifel an der Aussagekraft statistischer Daten, der sich in Äußerungen wie „Fußball ist durch Zahlen nicht erklärbar“ manifestiert,
- die Trainer selbst geben vor, aufgrund ihrer vielschichtigen Aufgabenbereiche nicht genügend Zeit für eine intensive Beschäftigung mit Fragen der Spielanalyse und ihrer Ergebnisse aufbringen zu können,
- im Rahmen der Trainerausbildung wird nicht in genügend großem Umfang auf das Thema „Spielbeobachtung“ eingegangen, weshalb fehlendes Wissen im Umgang mit Analysedaten viele Trainer vor deren Verwendung zurückschrecken lässt,
- insbesondere die Trainer der Spitzenmannschaften sehen oftmals nicht die Notwendigkeit, sich derartiger Auswertungen anzunehmen – „wir haben auch ohne diese Dinge Erfolg“,
- die Angst des Trainers vor einem „Supervisor“, der auch seine eigene Arbeit kontrollieren könnte, verhindert in vielen Vereinen den Einsatz systematischer

Analysen, schließlich wurden den Trainern in der Vergangenheit von wissenschaftlicher Seite nur wenige praxisrelevante Informationen zur Verfügung gestellt, die ihr Interesse an derartigen Erkenntnissen hätten fördern können.

Die Gegenwart im internationalen Spitzenfußball zeigt uns ein gänzlich anderes Bild. Spitzenteams wie Real Madrid, Inter Mailand, FC Barcelona bzw. Manchester United haben entweder schon eigene Spielanalysesysteme installiert oder arbeiten mit internationalen Anbieter wie ProZone oder Amiscopro, welches auch mit dem österreichischen Nationalteam bei der Vorbereitung auf die Europameisterschaft 2008 gearbeitet hat, zusammen.

Im Verlauf der Entwicklung von Spielsystemen gab es viele Stationen, die überblicksartig in Tabelle 1 aufgelistet sind.

Tabelle 1: Spielanalysesysteme und ihr Einsatz

	Equipment	Info
Schriftlich gebunden	evtl. Beobachtungsbögen	kaum systematisch eingesetzt
Analoge Videoanalyse	Video-/DVD-Rekorder	noch überraschend weit verbreitet
Analyse mittels digitalem Videoschnitt	Computer, Videoschnittsoftware	kommt zunehmend in Einsatz (auch im Amateurbereich)
Systematische digitale Videoanalyse	Computer, Videoanalysesoftware	optimaler Kompromiss zwischen Aufwand und Nutzen (auch im Amateurbereich)
Systematische quantitative Spielanalyse	Computer, Spielanalysesoftware	großes Analysepotential, wegen hohem Aufwand aber kaum im Einsatz
Quantitative Dienstleister-Angebote	notwendige Medien werden zur Verfügung gestellt	nur im Profibereich, Anbieter in Bundesliga: IMP
Trackingssysteme	aufwändige Installation von Signalaufnehmern im Stadion notwendig	2 Varianten: videobasiert und funkbasiert; teuer

Quelle: Eigene Tabelle

Unter zu Hilfenahme der verschiedensten Analysesysteme lassen sich auch unterschiedlich genaue Informationen gewinnen. Messdaten über Passgenauigkeit, -länge, -schärfe, -richtung, Torschüsse, Laufleistungen und deren Intensitäten sind nur ein Bruchteil, der Ergebnisse, die modernste Spielanalysesysteme zu liefern bereit sind.

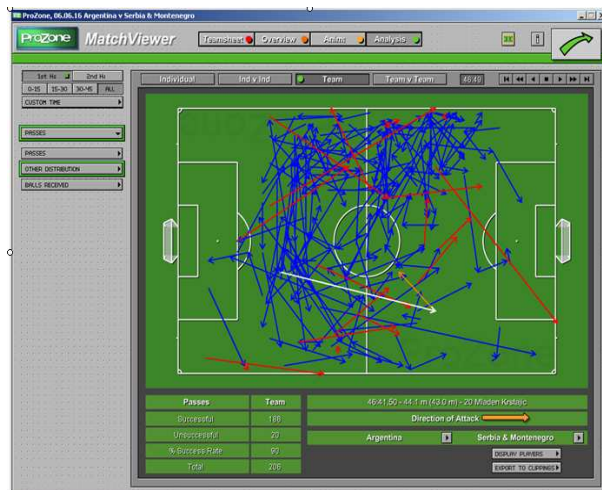


Abbildung 16: Passverteilung Argentinien – Serbien Montenegro 2006

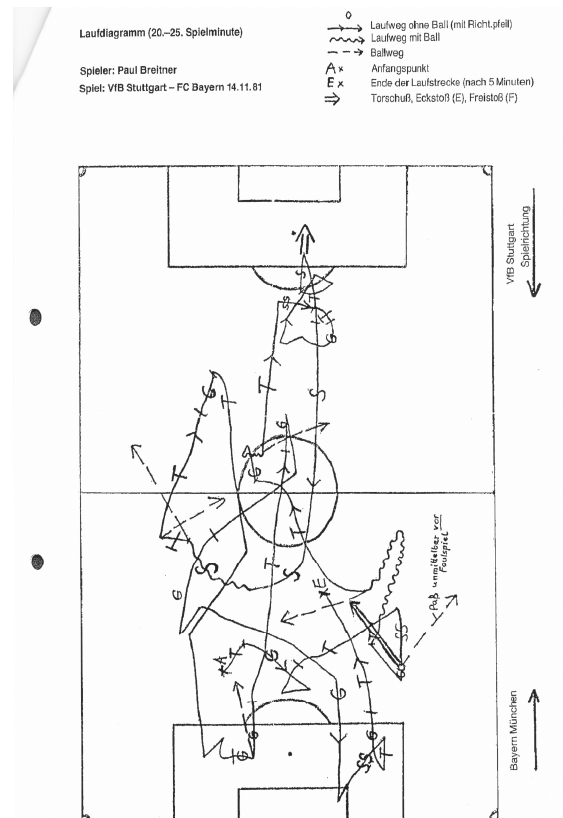


Abbildung 17: Laufwege Paul Breitner 1981 (Winkler, 1983, S.65)

In Abbildung 16 und 17 soll noch mal die enorme Entwicklung der Spielanalyse in den letzten drei Jahrzehnten veranschaulicht werden und dazu das enorme Wertepotential, dass den Trainern/Trainerinnen zur Verfügung gestellt werden kann. Ihre Aufgabe besteht dann ausschließlich darin, dass Daten- bzw. Videomaterial so aufzuarbeiten (lassen), dass es dem/der Spieler/in möglichst einfach und verständlich übermittelt werden kann, sodass dieser/diese durch seine/ihre individuelle Verbesserung die Entwicklung des Teams vorantreiben und die Basis für zukünftige Erfolge legen kann.

5.2 Die Vergleichbarkeit der Daten

Die Wissenschaft hat sich in der Geschichte der Spielanalyse verschiedenster Methoden bedient um den Fußball in Zahlen zu verwandeln und dadurch greifbarer und erklärbarer zu machen. Mittels TV Kameras, Handnotizen wie in Abbildung 17 zu sehen, Videobänder, trigonometrischer Techniken mit zwei Kameras oder auch computerunterstützter Videoanalysen wurde den Spielern/Spielerinnen auf den Zahn gefühlt, um die individuellen und mannschaftlichen Leistungen zu rationalisieren. Dabei haben sich offensichtlich Fehler eingeschlichen, die eine Vergleichbarkeit der Daten erschweren, aber nicht unmöglich machen.

5.2.1 Zurückgelegte Wegstrecken

Die Laufstrecken, die in einem Spiel zurückgelegt werden dienen als Teil der Belastungs- und möglichen Erfolgsstruktur im Fußball. Klarerweise ergaben die unterschiedlichen Messmethoden vor allem in den Anfängen der Spielanalyse teilweise fragwürdige Ergebnisse bezüglich der verschiedensten Laufleistungen. Die anschließende Tabelle von Bloomfield et al. (2005, S. 240) soll einen Überblick über einige von vielen Analysen geben, die bis zur Jahrtausendwende gemacht wurden.

Tabelle 2: Durchschnittlich gelaufene Distanzen im Spiel und dazu verwendete Methoden

Source	Subjects & Level	N	Distance Covered (km)	Method	Ref
Winterbottom, 1959	English	8	3.361	Hand notation using scale plan of pitch.	[17]
Wade, 1962	English	N/A	1.6 – 5.486	N/A	[18]
Zelenka <i>et al.</i> , 1967	Italian	1	11.5	N/A	[19]
Agnevik, 1970	Swedish Div I	11	10.2	N/A	[28]
Vinnai, 1973	N/A	N/A	17	N/A	[20]
Saltin, 1977	N/A	9	10.9	Cine-film	[11]
Brookes & Knowles, 1974	English	40	4.886 (4.070 – 7.030)	Hand notation - subjective estimates.	[21]
Reilly & Thomas, 1976	English Div I	40	8.680 (7.069 – 10.921)	Tape Recorder - individual stride lengths	[22]
Smaros, 1980	N/A	7	7.1	TV cameras (2)	[29]
Withers, <i>et al.</i> , 1982	Australian National	20	11.527±1.796 (9.731 – 13.323)	Videotape- mean stride lengths	[30]
Eklblom, 1986	Swedish Div I - IV & German Div II	10	9.8	Hand notation.	[14]
Ohashi <i>et al.</i> , 1988	Japanese International & League	4	9.845 (9.303 – 10.387)	Trigonometry (2 cameras).	[31]
Ohashi & Togari, 1988	Japanese International & League	N/A	9.971	Trigonometry.	[32]
Van Gool <i>et al.</i> , 1988	Belgian University	7	10.245	Cine-film	[33]
Bangsbo <i>et al.</i> , 1991	Danish League	14	10.8 (9.49 – 12.93)	Video cameras (24)	[34]
Ohashi <i>et al.</i> , 1991	Japanese International & League	50	11.529	Trigonometry	[35]
Miyagi <i>et al.</i> , 1999	Yugoslavian International	1	10.460±0.591 (9.869 – 11.051)	Trigonometry	[25]
Rienzi <i>et al.</i> , 2000	South American International & English Premier League	17 6	8.638±1.158 (7.480 – 9.796) 10.104±0.703 (9.401 – 10.807)	Video camera - subjective stride frequency estimation.	[26]
Strudwick & Reilly, 2001	English Premier League	24	11.264	Video camera - subjective stride frequency estimation	[27]

N/A = no data available.

(Adapted and extended from [23]).

Quelle: Bloomfield et al (2005, S. 240)

Winterbottom war der Pionier in Sachen Spielanalyse und erstellte seinen ersten Bericht 1959 unter zu Hilfenahme von Handnotizen auf einem vorgezeichneten Spielfeld. Er

unterschied dabei in gehen, joggen (2347m) und schnelles Laufen (1015m). Wie auch aus Tabelle 2 abzulesen ist, gibt es bei einigen Aufzeichnungen keinen Hinweis darauf, worauf deren Ergebnisse basieren, sodass nur Vermutungen bezüglich der Verwendbarkeit der Daten angestellt werden können. Knowles and Brooke verwendeten 1974 etwa ein System, bei dem Messwerte in „units of 5 yards (4.6 m)“ (Bangsbo, 1993, S. 25) benutzt wurden. Durch die verschiedenartigen und manch fragwürdigen Messmethoden ergaben sich auch große, nicht nachzuvollziehende Unterschiede in den Laufleistungen wie diese an Wade (1962) mit einer Laufdistanz von 1600-5486m und jene Daten von Vinnai (1973) mit 17000 m zeigen. Andere Autoren wiederum (Saltin, 1973, Whitehead 1975) schlossen auf Gesamtlauflleistungen, indem sie nur Teile des Spiels analysierten und sie dann auf das ganze Spiel hochgerechnet hatten. Reilly & Thomas (1976) sowie Whithers et al. (1982) Berechnungen basierten auf der Schrittlänge der Teilnehmer, die vor der Untersuchung für die verschiedensten Laufkategorien gemessen und festgelegt wurden. Die daraus resultierenden Ergebnisse wurden dann mit einer Videoaufzeichnung des Spiels abgeglichen um sie auf Validität und Reliabilität zu überprüfen. Die großen Unterschiede im Endergebnis, Reilly & Thomas 8680m und Whithers et al. 11527m, basieren nicht ausschließlich auf unterschiedlich starkem Leistungsniveau, sondern vermutlich auf Fehlern bei der Bemessung der Schrittlänge, die in Belastungssituationen im Match wie beschleunigen, abbremsen oder beim Ändern der Richtung starken Schwankungen unterliegen und daher unterschiedlich zu bewerten sind als jene konstanten Messwerte, die vor dem Spiel evaluiert wurden. Van Gool et al. (1988) befestigten eine Kamera in der Höhe von 57 m über dem Spielfeld, um es als Ganzes überblicken zu können. Die erhaltenen Daten konnten mittels eines Computerprogramms gewonnen werden, das aus dem aufgenommenen Film die Koordinaten des Spielers ermittelte. Müller/Lorenz (1996) bedienten sich einer computerunterstützten Spielanalyse, deren Software in der Lage war die Vielzahl von Daten aller möglichen Aktivitäten in brauchbares Material umzuwandeln.

Diese wenigen vorgestellten Verfahrensweisen der Spielanalyse im Fußball stellen nur einen Bruchteil zahlreicher Versuche dar, den Fußball quantitativ messbar zu machen. Bei aller Wertschätzung für die Arbeit dieser Personen, so trifft jeden/jede Leser/in die Erkenntnis, dass Fehler in diesen *Schätzungen* der Laufleistungen inbegriffen sind. Falsche Wahl der Schrittlänge, partielle Messung und Hochrechnung auf die ganze Spielzeit bzw. zu geringe Anzahl der zu untersuchenden Spieler sind Mittel und Wege, die neben subjektiven Handaufzeichnungen eine große Fehlerquelle in der Errechnung der Laufleistungen darstellen. Trotz all dieser Gegebenheiten ist aus Tabelle 2 trotzdem ersichtlich, dass sich die Laufleistung im Verlauf dieser Aufzeichnungen erhöht hat. Folgende computerunterstützte Spielanalysen und Trackingsysteme (www.castrolfootball.com, Strudwick & Reilly 2001, Barros et al 2007, Bloomfield et al.

2007) ermittelten Laufleistungen verschiedener Spieler zwischen 9 und 13 km, wobei Abweichungen im Sinne der Gaußschen Glockenkurve durchaus üblich sind. Die differenzierenden Laufleistungen resultieren durchaus aufgrund der unterschiedlichen Spielpositionen (Bangsbo 1993, Di Salvo et al. 2007, Monoloupos et al. 2005, Prioetti 2003, Müller/Lorenz 1996, u.v.a.), worauf aber trotz großem Interesse in dieser Arbeit nicht näher eingegangen wird.

5.2.2 Bewegungsklassifikationen

Fehler wurden nicht nur bei den Laufleistungen gemacht, sondern auch bei der Einteilung ihrer Intensitäten. Fehler dahingehend, da bei der Unterteilung der Laufleistungen in verschiedene Fortbewegungsarten keine allgemein gültigen Kriterien erstellt worden sind, sondern dass jeder Wissenschaftler, der sich damit auseinandergesetzt hat, seine eigene Interpretation der unterschiedlichen Geschwindigkeitsstufen benutzt hat. Denn neben den Laufleistungen ist das Verhältnis der einzelnen Bewegungsmodi zueinander ein wesentlicher Indikator für die Feststellung der Beanspruchung im Fußball. In Abbildung 19 (Bloomfield et al, 2005, S. 241) sind unterschiedliche Einteilungen angeführt.

Classification Method	Examples of Studies	Motions			Ref
<i>Subjective Description</i>	Reilly & Thomas (1976)	Standing:			[22]
	Mayhew & Wenger (1985)	Walking (forwards/ sideways/backwards):			[36]
	Rienzi <i>et al.</i> , (2000)	Jogging			[26]
		Running			
		Utility			
<i>Arbitrary</i>	Bangsbo <i>et al.</i> , (1991)	Standing – 0 km·h ⁻¹			[34]
<i>Speed Classification</i>		Walking – 6 km·h ⁻¹			
		Low-speed jogging – 8 km·h ⁻¹			
		Low-speed running – 12 km·h ⁻¹			
		Backward running – 12 km·h ⁻¹			
		High to moderate-speed running – 15 km·h ⁻¹			
		High-speed running – 18 km·h ⁻¹			
		Sprint running – 30 km·h ⁻¹			
<i>Basic Speed Classification</i>	Ohashi, <i>et al.</i> , (1988)	Speed ranges, from 0 – 1 m s ⁻¹ , to 9 – 10 m s ⁻¹ ,			[31]
	Van Gool <i>et al.</i> , (1988)	in increments of 1m s ⁻¹ .			[33]
<i>Individual Mean Stride Lengths</i>	Reilly & Thomas (1976)		[22]	[30]	[22]
	Withers <i>et al.</i> , (1982)				[30]
	(Figures in parentheses represent reliability & objectivity coefficient values)	Walking:	0.64 (0.966)	0.82 (0.981)	
		Jogging:	0.90 (0.962)	1.36 (0.979)	
		Cruising:	1.13 (0.915)	1.75 (0.745)	
		Sprinting:	1.24 (0.971)	1.76 (0.815)	
		Sideways:	N/A	1.25 (0.904)	
		Backing:	0.60 (0.915)	0.78 (0.982)	

Abbildung 19: Details von Bewegungsklassifikationskriterien (Bloomfield et al, 2005, S. 241)

Winterbottom hatte, wie bereits im vorigen Kapitel erwähnt, ebenfalls Kategorien gebildet um zwischen den unterschiedlichen Intensitäten zu unterscheiden, bedurfte dieser aber nur drei. Subjektive Beschreibungen ohne Zuordnung von Geschwindigkeiten war zu Beginn die gängigste Methode Bewegungsarten zu beschreiben (Reilly & Thomas 1976, Mayhew & Wenger 1985, Rienzi et al. 2000 etc.). Die vorgenommen Einteilungsarten waren stehen,

gehen, joggen und laufen, die dann von Bangsbo (1991) differenzierter unterteilt wurden. Eine weitere Adaption an den modernen Fußball von ihm (2003, S. 58) unterteilt die Gruppen stehen, gehen (4km/h), joggen (8km/h), langsamer Lauf (12km/h), moderater Lauf (16km/h), schneller Lauf (21km/h), sprinten (30km/h) und rückwärts laufen (12km/h) sowie die zwei, nicht in Geschwindigkeit messbaren Parameter, Kopfballspiel und Zweikampf. Die heute für die Beurteilung der Laufleistung wichtigen hohen und höchsten Intensitäten befinden sich bei Bangsbo zwischen 21 und 30km/h und mehr. Heute werden den verschiedensten Geschwindigkeiten keine Namen mehr zugeordnet, sondern je nach Analysesystem stufenweise Erhöhungen angegeben, die etwa wie beim System Vistrack bei 11km/h beginnen. Alle Werte darunter werden zusammengefasst. Die Laufleistungen werden dann nach den Sparten Intensität (Qualität), Dauer (Distanz) und Häufigkeit klassifiziert und bewertet.

Um mehr Übersicht in den Ballsportarten im Speziellen Fußball zu schaffen entwickelte Bloomfield die gleichnamige Movement Classification. Hierbei werden Bewegungen und Spielaktivitäten notiert aufgenommen und mit Teilnehmer der Sportart diskutiert. Die BMC (Bloomfield Movement Classification) liefert Codes für 14 verschiedene Bewegungsarten, 3 andere nicht getimte Bewegungen (ausweichen, aufprallen, anhalten), 14 Richtungen, 4 Intensitäten, 5 Wendekategorien und 7 Aktivitätsklassifikationen am Ball um Fußball und andere Ballsportarten exakt zu analysieren.

Das einzige Manko, dass Spielanalysesysteme heutzutage noch aufweisen ist die Berücksichtigung der Individualität der Spieler/innen. Durch die unterschiedlichen Schnelligkeitseigenschaften der einzelnen Personen ergeben sie prozentuell differenzierte Kategorien für Sprints und submaximale Läufe, was durchaus auch Berücksichtigung finden sollte, wobei dafür eine engere Zusammenarbeit mit den Vereinen der analysierten Teams vonnöten wäre.

5.3 Der gläserne Spieler

Der Fußball bot seit jeher eine Möglichkeit für das Individuum, sich hinter der Leistung des Teams zu verstecken und sogar jahrelang abzutauchen ohne negativ aufzufallen. Die Gelegenheit nutzend, sich ein soziales Netz im Verein aufzubauen und dieses zu verengen, phasenweise bei Spielen aufzufallen ohne größere Beiträge zum Erfolg zu leisten war in der Vergangenheit ein vielfach anzutreffendes Mysterium. Die Tage der Spielmacher/innen, die sich zu schade waren um *Drecksarbeit* zu erledigen oder der Stürmer/innen, die nur vorne stehen blieben, da sie Kraft sparen wollten um sich selbst zu inszenieren sind gezählt, da heute keiner/keine durch die engmaschigen Netze der Analysesysteme schlüpfen kann. Egal ob beim Training oder beim Match, *Big brother is*

watching you! Auf höchstem internationalem Niveau sind die Spieler/innen unter ständiger Beobachtung des Computers, der die Werte ihrer Pulsuhren zeigt, sodass der Trainer genauestens überwachen kann, ob die von ihm erstellten Trainingsinhalte mit den geplanten Intensitäten auch mit der Wirkung auf die Spieler/innen korrelieren. Ist das nicht der Fall, so kann unverzüglich und individuell eingeschritten werden, um das geplante körperliche Ziel zu erreichen. Beweglichkeitsanalysen liefern sofort den Beweis körperlicher Defizite durch Verletzungen, muskuläre Dysbalancen und sonstige Bewegungseinschränkungen, um eine frühzeitige Wiederaufnahme des Trainings und somit eine Gefährdung der Gesundheit des/der Spielers/Spielerin zu unterbinden bzw. Trainingspläne für individuelles und gezieltes Training zu erstellen. Chipkarten mit den gespeicherten Daten des/der Spielers/Spielerin werden in Kraftkammern benutzt, sodass modernste Geräte sich automatisch auf die individuell zugeschnittenen Programme einstellen. Die Spieler/innen sind das Kapital der Vereins, dass geschützt, behandelt, gefördert und optimal genutzt werden muss, damit der Profit und der Ruhm dieser Fußballkonzerne ständig steigt und die Aktie des Vereins nie an Wert verliert. Schuldigkeitszuweisungen an Mitspieler/innen sind bei Besprechungen nicht mehr notwendig, da die Videoanalyse die Fehler jedes/jeder Einzelnen gnadenlos aufzeigen. Ausreden gibt es nicht mehr, da alles genauestens dokumentiert und beweisbar ist, was hinterfragt wird. Die Leistung und der Zustand des/der Spielers/Spielerin ist transparent wie nie zuvor. Und nicht nur für den Verein sondern teilweise auch für die Öffentlichkeit die bei Übertragungen von Europacupspielen einen kleinen Einblick in die Fülle der Daten bekommt, die dem Verein bei der Analyse zur Verfügung stehen. Das sah, als der Fußball noch in seinen Kinderschuhe steckte ganz anders aus, denn früher standen Klubdirektoren an der Spitze von Mannschaften, „die ihre hauptsächliche Aufgabe darin sahen, Spieler zu kaufen oder zu verkaufen und bestenfalls noch für gute Laune im Team zu sorgen. Um die körperliche Fitness kümmerte sich ein Konditionstrainer, weitergehende taktische Überlegungen warten fast unbekannt (Biermann & Fuchs, 2009, S. 65). Nicht nur beim Spiel und beim Training beginnt schon der Check der Spieler/innen. Schon bei Neuverpflichtungen wird genau darauf geachtet, dass das Geld des Vereins auch sinnvoll investiert wird. Das Interesse an Sportspielanalysen ist nicht nur international von großem Interesse, wie die Abbildung von Macho (2001, S. 82) zeigt.

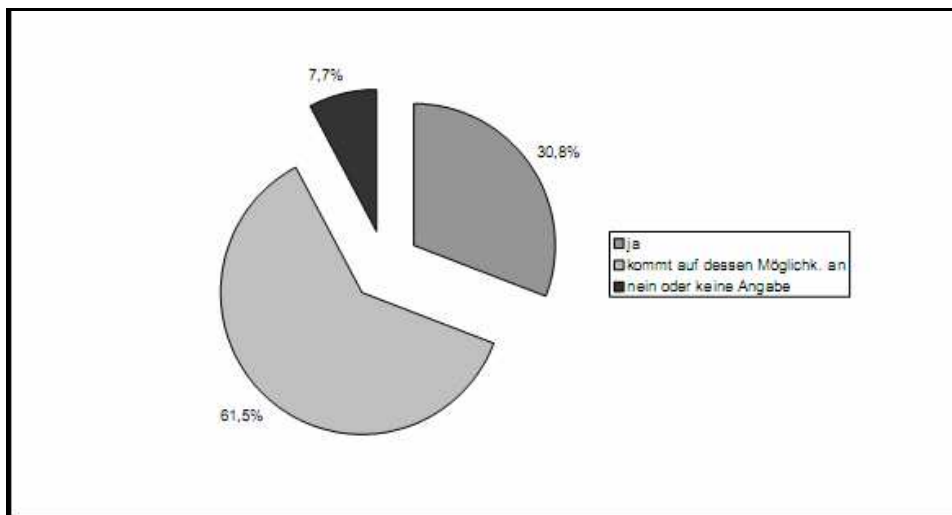


Abbildung 18: Interesse an Sportanalysesystemen in der höchsten österreichischen Fußballliga (Macho, 2001, S. 82)

Zu den Spielanalysen gesellen sich noch Testbatterien die, die einzelnen konditionellen Fähigkeiten der Spieler/innen überprüfen sollen. In Deutschland sind nach Reinhold (2008, S. 65) 81,25% der Trainer der ersten deutschen Bundesliga der Meinung, dass „moderner und erfolgreicher Fußball ohne Leistungsdiagnostik nicht auskommt“. Mehr als die Hälfte sind der Meinung, dass die optimale Leistungsfähigkeit eines Spielers erst durch konditionelle Tests möglich ist und 93,75% meinen, dass der Trend der Leistungskontrolle im Fußball zunimmt. Ob diese vielen Tests bei den Spielern/Spielerinnen beliebt sind? 43,75% meinen, dass Spieler/innen Skepsis gegenüber solche Diagnoseverfahren haben, da dadurch ihre Defizite aufgedeckt werden könnten. Anschließend werden noch einige Möglichkeiten angeführt, um die verschiedenen konditionellen Fähigkeiten zu testen, ohne diese aber näher auszuführen.

Beispiele für Tests im Bereich *Kraft*: Squat jump, counter movement jump, drop jump, 15 seconds test, Magaria test, Tests für die Messung der Explosivkraft der Beine, Tests für dynamische und isometrische Maximalkraft etc.

Beispiele für Tests im Bereich *Schnelligkeit*: Sprints über 5, 10, 20, 30, 40 m, Sprints mit Richtungswechseln, Sprints mit minimalen Richtungswechseln etc.

Beispiele für Tests im Bereich *Schnelligkeitsausdauer*: Schnelle Läufe mit Richtungswechseln, maximaler anaerober Test MART, Schnelligkeitsausdauer über 10-40m Distanzen,

Beispiele für Tests im Bereich *Ausdauer*: Conconi-, Gacon-, Yo-Yo- und Rosenberg Ausdauer test, Ausdauer test Kemi et al. 2001, Cooper Test etc.

Diese Transparenz der Spieler/innen dient natürlich der Kontrolle der Leistungsfähigkeit durch den Trainer, aber in erster Linie kommen diese Daten ausschließlich der

Verbesserung der Leistungsfähigkeit der Fußballer/innen zu gute und machen den gläsernen Spieler zu einem besseren Athleten.

5.4 Die Veränderung der Laufleistungen und deren Intensitäten

Aus den vorangegangenen Kapiteln wurde bereits ersichtlich, dass sich der physiologische Anspruch im Fußball verändert hat. Die Laufleistungen haben sich, trotz der Berücksichtigung der Abweichungen der diversen Messverfahren ersichtlich, erhöht. In Tabelle 2 wird dies genauer ersichtlich. Dieses Kapitel beschäftigt sich mit der quantitativen Veränderung im Fußball auseinander. Laufleistungen und deren Intensitäten aus den unterschiedlichsten Ligen und Zeiten werden hier aufgelistet, um einen linearen Überblick über deren Entwicklung zu schaffen. Umfang und Intensitäten werden sowohl international als auch national nacheinander behandelt und analysiert und am Ende dieses Abschnitts verglichen, um eine der zentralen Fragen dieser Arbeit zu beantworten. Gegenüberstellungen sind heute aufgrund moderner Spielanalysesysteme bereits möglich, da Diskrepanzen bezüglich der Gütekriterien nahezu ausgeschlossen werden können.

Nach Kuhn (2005, S. 180) waren bei einer Befragung von Trainern, Zuschauern und Fußballern, die den Fußball in den letzten Jahren intensiv verfolgt haben, 85% der Meinung, das sich Zeit und Geschwindigkeit dramatisch verändert haben. Weiters sahen sie negative Veränderungen in der Verletzungshäufigkeit aufgrund der erhöhten Spielgeschwindigkeit sowie der härteren Gangart. Positive Entwicklung dokumentieren sie im Bereich Athletik, Explosivität, Schnelligkeit (geistig und physisch), Physis und Robustheit. Alles wurde mehr, alles wurde schneller, nur der Raum und die Zeit wurden kleiner. Die Entwicklungen im Fußball gehen einher mit den Veränderungen im Alltag. Alles ist intensiver, hektischer und dynamischer geworden. Der Druck der heute auf den Spielern lastet ist um ein Vielfaches größer als früher, da jede Position mit 2-3 adäquaten Ersatzleuten besetzt ist, wohingegen in alten Zeiten das Spiel mit einer Teamliste von 14-16 Spielern amateurhafter und spaßorientierter war. Dennoch war der Pool für Trainer, indem sich talentierte Fußballer aufhielten, früher größer, als er heute ist, da Alternativbeschäftigungen fehlten, und Fußball im Zentrum des Interesses nahezu aller Kinder und Jugendlichen stand. Nach Kuhn (2005, S. 186) war dieser Pool an guten Spielern unlimitiert, „und nur die Besten bekamen einen Vertrag“.

5.4.1 Entwicklung der Laufleistungen im internationalen Fußball

Unzählige Untersuchungen werden jährlich gemacht, damit Sportwissenschaftler/innen, Trainer/innen, Spieler/innen und viele andere, die sich mit dem Fußball beschäftigen, ihn analysieren und weiterentwickeln können. Seit Beginn der Aufzeichnungen wird versucht mehr oder wenige gute Vergleiche zu ziehen, wie der Fußball sie in den letzten 10, 20, 40 Jahren entwickelt hat. Die Aussagekraft dieser Arbeit hat nur begrenzten Wert, da, wenn man eine gültige Studie durchführen hätte wollen, dann wären 20-30 Spiele pro Jahrzehnt notwendig gewesen, was vom ökonomischen Standpunkt aus nicht wirklich realisierbar war und daher diese Studie zum Teil limitiert. Des Weiteren sind objektive Daten die in Zusammenhang mit Mannschaftssportarten stehen sehr rar bzw. unter Verschluss der Vereine, die die Ergebnisse ihres Teams aus Datenschutz- oder ähnlichen Gründen verständlicherweise nicht veröffentlichen wollen. Längsstudien sowie übergreifende Studien die zumeist mit den großen Turnieren (WM, EM) in Verbindung stehen sind kaum vorhanden. Die anschließende Tabelle 3 soll trotz der vielen Missinterpretationen und Messfehler, die bei den diversen Untersuchungen gemacht wurden, einen groben Überblick über den Verlauf der Entwicklung der, wie bei allen folgenden Tabellen, Abbildungen und Diagrammen, falls nicht explizit erwähnt, durchschnittlichen nicht positionsbezogenen Laufleistung im Fußball geben.

Tabelle 3: Entwicklung der durchschnittlichen Laufleistungen im Fußball

Autoren	Jahr	n	Distanz (m)	Land	Liga
Winterbottom	1952	-	3.361	England	Professionals
Palfai	1961/62	9	3.455	International	Top Spieler
Wade	1962	-	1.600-5.486	England	Professionals
Zelenka et al.	1967	1	11.500	Tschechoslovakei	Professionals
Seliger et al	1970	-	11.538	Tschechoslovakei	Professionals
Agnevik	1970	10	10.200	Schweden	1. Division
Vianni	1973	-	17.000	Russland	unbekannt
Saltin	1973	5	12.000	Schweden	non-elite
Knowles & Brooke	1974	40	4.834	England	Professionals
Whitehead	1975	2	12.650	England	1. Division
Reilly & Thomas	1976	40	8.642	England	1. Division
Smaros	1979	7	7.100	Finnland	2. Division
Winkler	1981/82	9	9.790	Deutschland	1. Bundesliga

Whiters et al.	1982	20	11.527	Australien	National League
Ekblom	1986	44	10.100	Schweden	1. u. 4. Division
Ohasi & Togari	1988	-	9.971	Japan	International & League
Gerish et al.	1988	19	9.000	Deutschland	Top Amateur League
Ohasi et al.	1988	2	9.845	Japan	National League
Van Gool et al.	1988	7	10.225	Belgien	University Team
Ohasi et al.	1991	50	11.529	Japan	International & League
Bangbo et al.	1991	14	10.667	Dänemark	1. u. 2. Division
Müller & Lorenz	1995	8	8.923	Österreich	1. Bundesliga
Miyagi et al.	1999	1	10.460	Jugoslawien	International
Rienzi et al.	2000	6	10.104	England	EPL
Hennig & Briehle	2000	-	10.600	-	-
Rienzi et al.	2000	17	8.638	Südamerika	-
Rienzi et al.	2000	23	9.078	Engl./Südamerika	EPL
Strudwick & Reilly	2001	24	11.264	England	EPL
Helgerud et al.	2001	10	9.107	Norwegen	Elite Juniors
Castagna et al.	2003	11	5.912	Italien	Nachwuchs
Proietti	2003	-	10.286	England & VAE	Professionals
Mohr et al.	2003	42	10.554	Dänemark/Italien	1. Division
Thatcher & Batterham	2004	12	9.741	England	EPL
Thatcher & Batterham	2004	12	10.274	England	EPL-U 19
Rampinini et al	2006	18	10.864	Italien	Serie A
Di Salvo et al.	2006	300	11.393	Spanien	Primera Division
Ricardo et al.	2007	55	10.012	Brasilien	1. Division
Castrol Performance	2008	-	10.007	Spanien	EURO
Castrol Performance	2008	-	10.226	Deutschland	EURO
Odetoyinbo et al.	2009	-	10.642	England	EPL
Randers et al	2009	39	10.500	Dänemark	1. Division
Vistrack	2009	26	11.788	Österreich	1. Division
Prozone	2010	52	9.885	VAE	Höchste Spielklasse

(Abkürzungen: VAE-Vereinigte Arabische Emirate; EPL- English Premiere League; EURO- Daten erhoben bei der Europameisterschaft 2008;)

Quelle: Eigene Tabelle

Tabelle 3 zeigt eine positive Veränderung der Laufleistung bis in die 90er Jahre, und danach nur mehr marginale Veränderungen. Einziger eklatanter Ausreißer ist die Spielanalyse von Vianni (1973), die mit 17 km einen unvergleichbaren und nicht nachvollziehbaren Wert darstellt, welcher bei der späteren Berechnung der Veränderung der Laufleistungen im internationalen Fußball außen vor gelassen wird. Kuhn (2005, S. 180) zufolge ist in der Literatur ausführlich dokumentiert, dass sich die Distanzen, die von den Spielern auf dem Platz zurückgelegt werden, sowohl von den 50er zu den 70er Jahren, als auch von den 70er zu den 90er Jahren ständig gesteigert haben, was auch aus Tabelle 3 abzulesen ist. Von Beginn der 90er Jahre bis heute konnten keine signifikanten Veränderungen erhoben werden, obwohl es eine Tendenz zu mehr intensiveren Läufen gibt. Diese These, bezüglich der Laufleistung, kann von Diagramm 1 unterstützt werden, die sich aus den gesammelten Werten der Tabelle 3 ergeben.

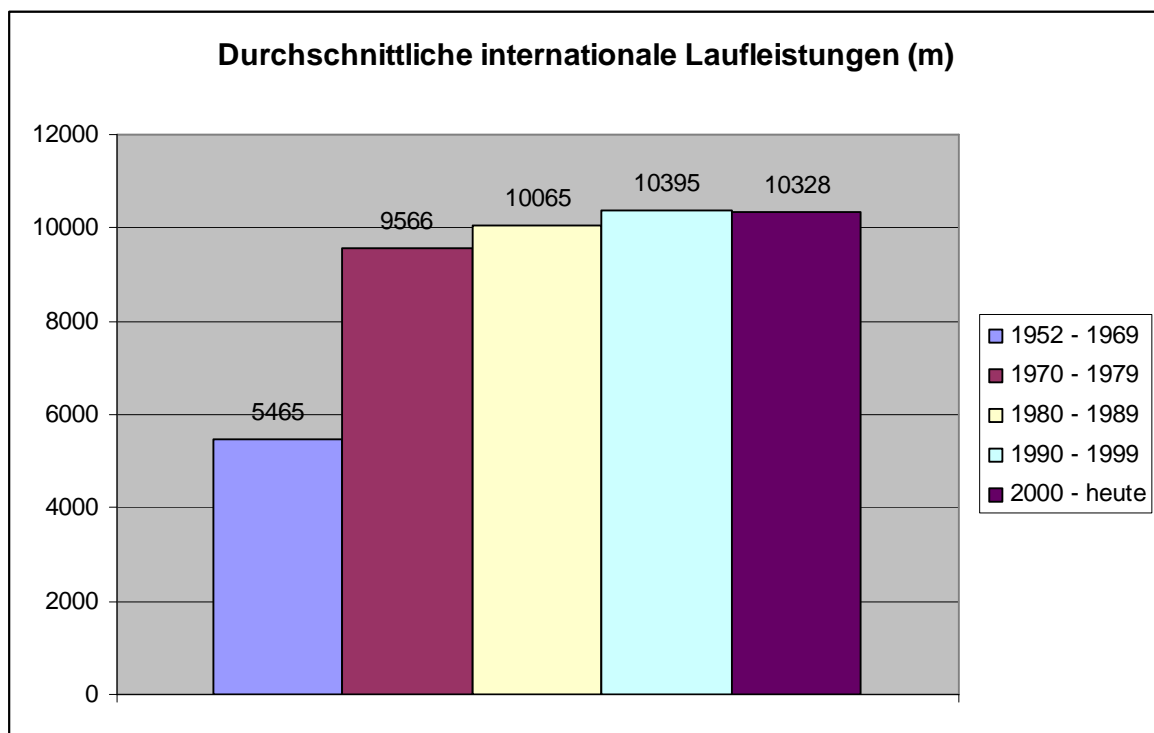


Diagramm 1: Veränderung internationaler Laufleistungen

Bei der Erstellung des Diagramms wurde verständlicherweise aufgrund der Verwertbarkeit der Daten auf eine genauere Analyse der Spielbeschreibung und Errechnung der entsprechenden quantitativen Parameter verzichtet. Das Spieler durchaus in der Lage sind mehr zu laufen bestätigt Winkler (1985, S. 24), der Einzelfälle von Profis Mitte der 80er Jahre mit Laufleistungen bis zu 14 Kilometern verzeichnen konnte. Bangsbo (1994, S. 59) konnte übereinstimmend mit Diagramm 1 in seinen Studien ebenfalls eine Steigerung der Laufleistungen feststellen und diese zwischen 9 und 14 km angeben. „Diese Strecken sind u.a. abhängig von der individuellen Fähigkeit jedes Spielers, von seiner Position auf dem Spielfeld und von der Spielklasse (1. oder 2. Liga), und sie reichen von 9-12 km, in

manchen Fällen sogar bis 14km“ (Manolopoulos et al., 2005, S. 47.) Bei der EURO 2008 konnte ab dem Viertelfinale, außer bei Verlängerungen, *nur* eine maximale Laufleistung von 12.101 (W7) durch Michael Ballack eruiert werden. Das aber heute auch noch Distanzen bis zu 14 km und mehr zurückgelegt werden bewies u.a. eindrucksvoll der Österreicher, Andreas Ivanschitz, der bei Mainz Strecken jenseits dieser Grenze zurückgelegt hatte.

5.4.2 Entwicklung der Laufleistung in Österreich

Wie aus Tabelle 3 ersichtlich sind auch in Österreich Untersuchungen im Bereich Fußball durchgeführt worden. Laut Information von Prof. Hans Holdhaus, Direktor des Instituts für medizinische und sportwissenschaftliche Beratung – Olympiazentrum Südstadt, sind erste Untersuchungen in punkto Spielanalyse in Österreich zwischen 1983 und 1985 gemacht worden. Ein Spiel zwischen zwei Erstdivisionären auf Freundschaftsebene fand unter Ausschluss der Öffentlichkeit statt und war demnach auch nicht sehr aussagekräftig. Die Aufzeichnungen wurden per Hand durchgeführt und danach ausgewertet. Da diese Daten leider nicht vorliegen wird als Ausgangspunkt im österreichischen Fußball der internationale Durchschnittswert zwischen 1980 und 1989 herangezogen um Entwicklungen daraus abzulesen. Als erster Vergleichswert wird eine Untersuchung von Müller/Lorenz (1996) herangezogen, deren Datengrundlage auf der Auswertung von 8 österreichischen Spielern des FC Wacker Innsbruck, die über 8 Spiele lang analysiert wurden, basiert. Zweiter Richtpunkt basiert auf einer Spielanalyse von Bernhard Weintritt (2002), der im Zuge seiner Diplomarbeit 4 Spieler auf 4 verschiedenen Positionen (Abwehr, Mittelfeld innen, Mittelfeld außen und Sturm) beobachtet und ausgewertet hat, um Unterschiede zwischen dem Spiel mit Libero und Spiel in der Viererkette zu analysieren, da der SV Wüstenrot Salzburg unter Trainer Lars Söndergaard damals eine der ersten Mannschaften in Österreich war, die mit dem neuen Abwehrverbund agierte. Die neueste Untersuchung dieser Arbeit basiert auf der Auswertung von 4 Spielen aus der österreichischen Bundesliga 2009 mittels der Analysesysteme VisTrack und Tracab Image Tracking System. Die letzte und 5 Untersuchung entstammt dem Spielanalysesystem ProZone. Die Daten aus dem Länderspiel Österreich gegen Holland vom 4.März 2008, das als Vorbereitungsspiel für die Euro 2008 gedacht war, fließen ebenfalls in diesen Vergleich mit ein und sind in Diagramm 2 ersichtlich.

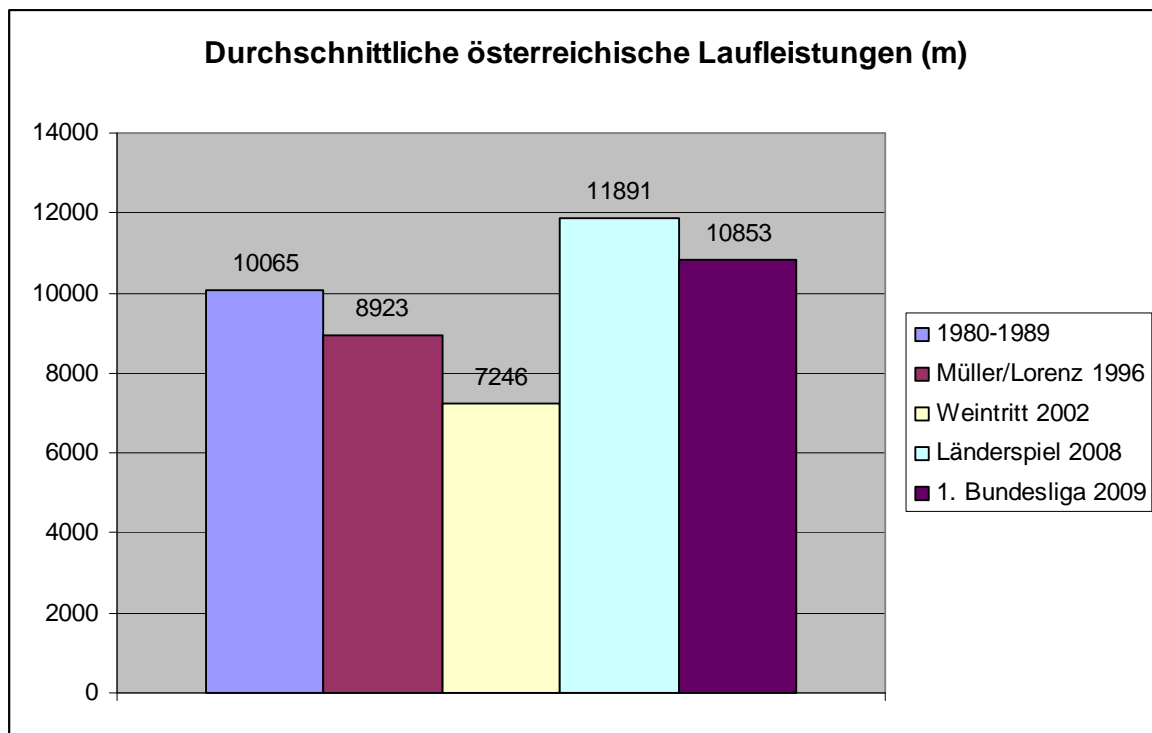


Diagramm 2: Veränderung österreichischer Laufleistungen

Der drastische Rückgang der Laufumfänge von Müller/Lorenz zu Weintritt lässt sich nach Weintritt (2002; S. 124) dadurch begründen, dass die Abwehr der SV Wüstenrot Salzburg in dieser Saison auf Viererkette und Raumdeckung umgestellt wurde. Da für viele Neuland beschritten wurde, gab es kaum ein Einschalten der Außenverteidiger in den Angriff, und eine sehr effiziente Deckung in der Abwehr. Dadurch sind auch die durchschnittlichen Laufleistungen der Außenspieler von 6124 m begründet, die im internationalen Vergleich mehr als nur fragwürdig da stehen. Die schlechten Laufleistungen der Spieler des SV Wüstenrot Salzburg stehen nur stellvertretend für eine Ära im österreichischen Fußball, in der der Schritt zur europäischen Drittklassigkeit getan wurde. Die Umstellung auf die Viererkette kombiniert mit den neuen Anforderungen der Raumdeckung sowie einer damit zusammenhängenden und geeigneten Interpretation in der Offensive führte zum Abstieg des österreichischen Fußballs, wie auch in Abbildung 15 ersichtlich. Auf Klubebene wurden mit Ausnahme der internationalen Erfolge der FK Austria Wien in der UEFA-Cup Saison 2004/05 und der Qualifikation des SK Rapid Wien zur Champions League 2005/06, seit der Qualifikation 1998 für die Weltmeisterschaft keinerlei internationale Erfolge erzielt. Wobei hier anzumerken ist, dass SK Rapid Wien die Champions League Gruppenphase mit 0 Punkten beendet hat. Österreich durchlief diesen fußballspezifischen Wandel sehr spät, und kam daher ins Straucheln. Hat sich aber, wie aufgrund der Ergebnisse, vor allem des letzten internationalen Jahres zu sehen ist, wieder erholt, und befindet sich auf einem viel versprechenden Weg in die Zukunft.

5.4.3 Vergleich nationaler und internationaler Laufleistungen

In so genannten Fußballfachkreisen kursiert die Meinung, dass der österreichische Fußball dem internationalen aufgrund körperlicher Defizite unterlegen ist, daher erfolgt in diesem Kapitel ein Vergleich von Laufleistungen im nationalen und internationalen Fußball. Die stellvertretenden Daten aus Österreich entstammen dem gleichen Datenmaterial wie aus Kapitel 5.4.3. Die Daten für die internationalen Laufleistungen sind von der EURO 2008 ab dem Viertelfinale, vom Länderspiel Frankreich-Argentinien im Februar 2009, aus der Premier League, aus Dänemark, aus den Vereinigten Arabischen Emiraten und aus einer Untersuchung 2006 aus Spanien, also ein sehr guter Vergleich.

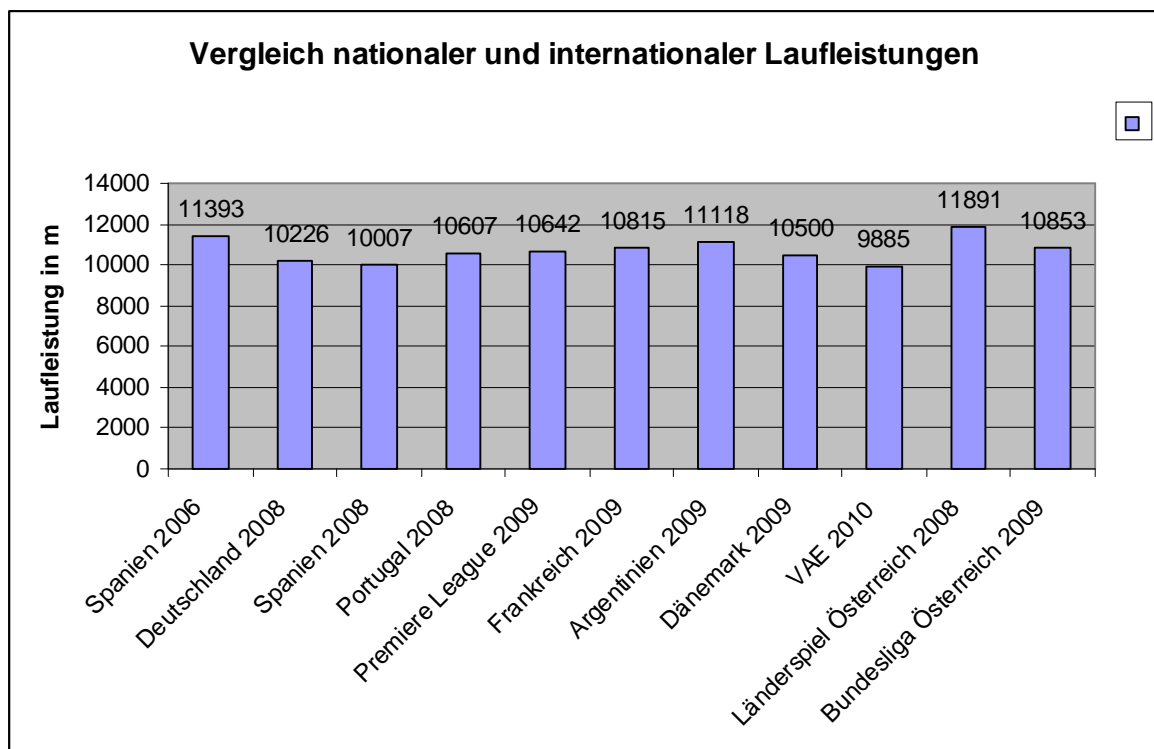


Diagramm 3: Vergleich nationaler und internationaler Laufleistungen

Aus dem Diagramm 3 ersichtlich, gibt es definitiv Unterschiede bei den Laufleistungen, aber zugunsten Österreichs. Die Unterschiede zum internationalen Fußball halten sich jedoch mit Ausnahme zum arabischen Bereich in Grenzen, deren Fußball möglicherweise in einer ähnlichen Situation steckt wie Österreich vor 10 Jahren bzw. auch anderen klimatischen Bedingungen unterliegt. Aus Rückschluss auf dieses Diagramm ist zu schließen, dass sich die momentanen Laufleistungen im Spitzenfußball zwischen 10 und 12 km befinden was auch mit der Literatur, die auch zur Erstellung dieser Arbeit verwendet wurde übereinstimmt. Was also die Laufleistung im Bezug auf die zurückgelegten Meter betrifft, so kann der österreichische Fußballer mit den internationalen Stars durchaus mithalten.

5.4.4 Veränderung der Laufintensitäten im Fußball

Die Schwierigkeit die sich bei dieser Analyse stellt ist, dass es keine Einigung über die Definition und Präzisierung der einzelnen Geschwindigkeiten gibt. Manche Autoren unterteilen die Laufgeschwindigkeiten in 8 und mehr verschiedene Untergruppen (Bangsbo 2003, etc.) andere wiederum nur in vier (Müller/Lorenz 1996, Winkler 1983, Verheijen 1997), sodass eine effektive und detaillierte Untersuchung nicht möglich ist. Mit der Problematik der Spielanalyse und deren Gütekriterien, sowie Vergleichbarkeit des Datenmaterials wurde der Leser schon am Anfang dieses Kapitels konfrontiert und trotzdem wurden stets Versuche unternommen diese für den Fußball wichtige Komponente zu analysieren und zu vergleichen. Sogar heutige Spielanalyse- und Trackingsysteme haben aufgrund des Willens zur Einzigartigkeit keine Vereinheitlichung der Fortbewegungsmodi gefunden. So verwendet Tracab traditionellere Werte wie standing, walking, jogging, running, sprinting, Vistrack wiederum bedient sich einer Einteilung in Geschwindigkeitssegmente wie <11kmh, 11-14kmh etc. und Prozone berechnet die Geschwindigkeit in Meter pro Sekunde (m/s), was eine sofortige Vergleichbarkeit ohne ausreichendes Hintergrundwissen schier unmöglich macht. Dazu kommt noch die Tatsache, dass die verschiedenen Intensitäten an den Laufumfang gebunden sind. Lläuft ein/e Spieler/in 10000m in einem Spiel und sprintet davon 7 %, so ist seine/ihre Sprintstrecke wesentlich länger, als die von einem/einer vergleichbaren Spieler/in, die einen Laufumfang von 7000 m hat und 8% davon gesprintet ist. Das Schnelligkeit, wie bereits im Kapitel 3.2.1.2 die wichtigste Leistungskomponente im Fußball ist, da ihre Grenzen, weil genetisch vorbedingt, schwer erweiterbar sind, bekommen in diesen Analysen den intensiven, hochintensiven Lläufe und Sprints die größte Aufmerksamkeit zugesprochen. Geese (1990, S.26) erkannte in einer Studie, dass die Anzahl der wiederholten Sprints, die Sprintausdauer, jener Faktor ist, der die 1. Bundesliga von der 2. Bundesliga und Oberliga unterschied. Müller & Lorenz (1996, S. 61) konnten eine durchschnittliche Erhöhung der intensiven Laufleistung gegenüber einer Untersuchung Winklers (1983) von 868m dokumentieren. Bangsbo (2003, S. 65) errechnete, dass Spieler auf höherer Spielebene öfters hochintensive Lläufe durchführen als Spieler niedrigerer Leistungsklassen. Ein Faktum, dass auch andere Autoren (Proietti, 2003, Odetoyinbo et al. 2009, Zubillaga et al. 2009, Rostgaard et al. 2009, Mohr et al. 2003, Randers et al. 2009 etc.) zu dem Schluss kommen ließ, dass fußballerische Leistungsfähigkeit und die damit zusammenhängende Spielklasse mit der Anzahl und der Intensität der Lläufe zusammenhängen. Sprich je höher das Spiellevel, desto größer die Anzahl der Sprints und intensiven Lläufe und somit die zurückgelegte Distanz in hohem bis höchstem Tempo. Spieler auf internationalem Niveau haben gezeigt, dass sie 25% mehr hochintensive Lläufe

und 35% mehr Sprints durchführen können in Wettbewerbsspielen, als professionelle Spieler auf durchschnittlichem Niveau (Mohr et al. 2002, S. 520)

Nach Weineck (2004, S. 401) weisen verschiedene Spielanalysen darauf hin, dass ein Spieler pro Spiel zwischen 40 und 100 Sprints absolviert. Verheijen (1997, S. 26) konnte bei einer Untersuchung einen weitaus höheren Wert aufdecken, wie Tabelle 4 zeigt.

Tabelle 4: Übersicht über die Sprintarbeit von Fußballspielern pro Distanzintervall

	gesamte Sprint-distanz	gesamte Anzahl Aktionen	1-5 Meter	5-10 Meter	10-20 Meter	20-30 Meter	30-40 Meter	>40 Meter	Höchst-distanz
Verteidiger									
1. Liga	1,4 km	162	83	47	18	8	4	2	56 m
Hauptklasse	0,7 km	111	71	22	10	4	3	1	49 m
2. Klasse	0,5 km	62	33	14	8	3	2	2	62 m
5. Klasse	0,3 km	48	28	11	5	3	1		36 m
A-Junioren	0,9 km	101	54	24	12	6	3	3	54 m
Mittelfeldspieler									
1. Liga	1,1 km	127	70	31	11	6	6	3	63 m
Hauptklasse	0,7 km	92	59	12	9	5	4	3	56 m
2. Klasse	0,6 km	69	44	11	5	3	4	2	66 m
5. Klasse	0,3 km	51	35	6	4	4	1	1	48 m
A-Junioren	0,8 km	94	57	14	11	6	4	2	66 m
Stürmer									
1. Liga	1,8 km	183	76	59	28	14	4	2	53 m
Hauptklasse	1,2 km	127	67	32	16	7	3	2	56 m
2. Klasse	0,9 km	99	52	26	13	4	2	2	55 m
5. Klasse	0,5 km	66	41	12	10	3		1	49 m
A-Junioren	1,4 km	134	54	47	21	8	3	1	51 m

Quelle: Verheijen (1997, S. 26)

Aus Tabelle 4 ist nicht nur die Steigerung der Sprintanzahl, sondern auch der vorhin bereits erwähnte Unterschied zu den verschiedenen Leistungsklassen sehr gut ersichtlich. Das Unternehmen ProZone hat 14 Clubs aus der englischen Premier League zwischen 2002 und 2007 unter die Lupe genommen und kam dabei zu dem Ergebnis, dass sich die Anzahl der Sprints „von durchschnittlich 137 pro Spiel auf 329 mehr als verdoppelt hat“ (Reinhold, 2008, S. 25), ein immenser Fortschritt in dieser, an der Fußballevolution gemessenen, kurzen Zeit. In einer Studie von Mohr et al (2002, S. 526) war nachzulesen, dass der Laufumfang sich in dieser Studie nicht von vergleichbaren Studien aus den Ende 80er Anfang 90er Jahre unterschied, dass Spieler dieser Studie aber um 37% mehr im hochintensiven Bereich unterwegs waren. Zusätzlich führten Topspieler um 28% mehr hochintensive Läufe und um 58% mehr Sprints durch als Spieler niedrigerer Leistungsklassen. Nicht nur die Spieler/innen sind schneller geworden, sondern auch das Spiel. Ein Trainer in der Befragung von Kuhn (2005, S. 180) brachte es auf den Punkt: „Früher konntest du den Ball einfangen, schauen und dann spielen, heute hast du schon darauf zu achten wohin du den Ball spielst, bevor du ihn berührst, anderen falls ist der Ball

verloren“. Bei eben jener Studie kam heraus, dass das Verhältnis zwischen erfolgreichen Dribblings zu erfolgreichen Pässen 2002 unter 20% fiel. Pässe werden immer dominanter und machen das Spiel schneller. Auch Bisanz & Gerisch konnten (2008, S. 182) innerhalb der letzten 30 Jahre „deutliche Fortschritte hinsichtlich Athletik, Dynamik und Tempoausprägung“ feststellen. Coen et al. (2006, S.125) unterstützt diese theoretische Aussage, denn bei der Überprüfung relevanter Literatur, kam er zu dem Ergebnis,

„dass sich bei Fußballspielern der höchsten Spielklasse der Anteil der während eines Spieles mit hoher Geschwindigkeit (>15 km/h) zurückgelegten Distanz offenbar erhöht hat. Während dieser Anteil zu Beginn der 80er Jahre noch mit ca. 12% angegeben wurde, werden heute Anteile von 26-28% genannt. Dies entspricht auch den Ergebnissen einer vergleichenden Auswertung der Fußball Weltmeisterschaft 1990 und 1994. Die Entwicklung zu einem insgesamt offensiveren Spielweise und einem größeren Aktionsradius einzelner Spielpositionen erfordert entsprechende konditionelle Voraussetzungen.

Die taktischen Veränderungen, die im Fußball stattgefunden haben, das Spielverhalten und die Größe des Spielfeldes, das ja nicht in seinen Dimensionen, aber in seiner Bespielung kleiner ist als früher (siehe Kapitel 4.2.9.4), stellen die Basis für die Länge der Sprints her. „Analysen zeigen, dass 96% der Sprints in einem Fußballspiel Distanzen von bis zu 30 m aufweisen, Dabei sind 49% der Sprintdistanzen 10m und kürzer“ (Schlumberger, 2006, S. 125), was auch in Tabelle 4 dokumentiert ist.

Um jedoch einen Vergleich zu wagen wurden in den nächsten beiden Diagrammen Daten aus einem Spiel in Österreich (SK Rapid Wien gegen Red Bull Salzburg) verwendet um etwaige Rückschlüsse auf unterschiedliche Intensitäten zu wagen. Mehrere Problematiken haben sich bei der Auswertung ergeben. Die Geschwindigkeitseinteilungen der beiden Analysesysteme stimmen nicht überein (siehe Diagramme). Die Angabe der Laufleistungen des Vereins aus den Vereinigten Arabischen Emiraten war in m/s (Metern pro Sekunde) angegeben und musste vorher mit dem Umrechnungswert 3,6 (standardisierter Wert zur Umrechnung von m/s in km/h) multipliziert werden, um die diversen Parameter zu vergleichen. In der Analyse des österreichischen Bundesligaspiels ist ein Schwellenwert von 14,4 mit entsprechendem Datenmaterial angegeben, der dem Wert der dritten Geschwindigkeitsstufe der ProZoneanalyse (VAE) entspricht, und somit die Summe der Werte über und unter dieser Schnittstelle quantitativ erfasst werden können. Da Coen et al (2006, S. 125) eine Schwelle mit 15 km/h als hohe Geschwindigkeit festgelegt hat, so ist jener Schwellenwert hier mit 14,4 km/h in verträglicher Nähe. Einen Überblick über die unterschiedlichen, durchschnittlichen Laufintensitäten geben die anschließenden Diagramme 4 und 5.

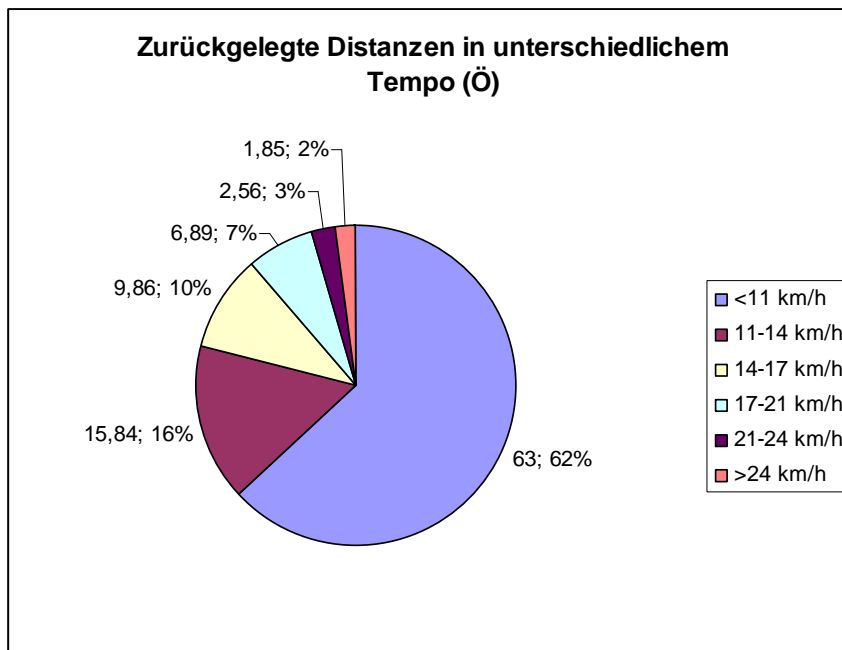


Diagramm 4: Zurückgelegte Distanzen in unterschiedlichem Tempo in Österreich (Vistrackanalyse, SK Rapid Wien – Red Bull Salzburg)

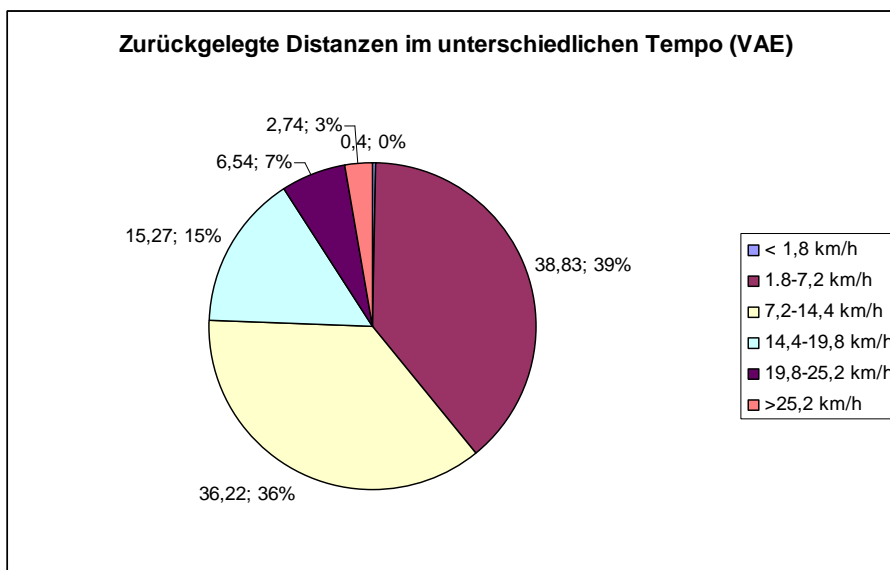


Diagramm 5: Zurückgelegte Distanzen in unterschiedlichem Tempo in den VAE (Verein anonym)

Die Spieler aus den VAE 24,95% ihrer Distanz über 14,4 km/h unterwegs, wohingegen österreichische Spieler im Vergleich nur 16,53% in diesem Bereich agierten, was in absoluten Zahlen bei einer durchschnittlichen Laufstrecke von 11788 m der österreichischen Teams einen Anteil der intensiven und hochintensiven Läufe von 1949 m pro Spieler ausmacht, wohingegen ein Spieler der Mannschaft aus den VAE eine Strecke von 2466 m im intensiven und hochintensiven Bereich zurücklegt. In einer vergleichbaren Studie von Di Salvo et al. (2007, S. 225), bei der 300 Spieler bei Spielen der Primera Division und in der Champions League untersucht wurden lag der durchschnittliche Bereich der Läufe im intensiven und hochintensiven Bereich zwischen 2914m und 3960m (inkl.

Läufe mit Ball), wobei hier berücksichtigt werden muss, dass die Schwelle der hochintensiven Läufe schon bei 14,1 km/h beginnt und nicht bei 14,4 km/h. Die um 0,3 km/h tiefer festgelegte Schwelle begründet der Meinung des Autors aber nicht die großen Unterschiede in den Laufdistanzen gegenüber einem Spitzenmatch in der österreichischen Bundesliga von 949m respektive 2011m. Eine weitere Untersuchung von Rampinini et al. 2009; S. 230) kommt bei einer Untersuchung von Serie A Vereinen in Italien zu Werten von intensiven und hochintensiven Läufen (Beginn intensiver Lauf >14 km/h) in der Höhe von 4983m und 5572m für erfolgreiche und nicht erfolgreiche Mannschaften. Auch hier finden sich immense Unterschiede zu jenen in Österreich. Abschließend ist zu bemerken, dass sich der internationale Fußball auf höchstem Niveau durch die Läufe im intensiven und hochintensiven Bereich deutlich von jenen der österreichischen Bundesliga unterscheidet.

5.5 Zusammenfassung und Ausblick

Natürlich stellt sich bei der Auswertung der Daten aus nur einem Spiel der österreichischen Bundesliga die Frage nach einer objektiven Vergleichbarkeit. Das Spiel fand am 21.2.2009 in Salzburg statt. Von den letzten 5 Meisterschaften in Österreich konnten diese beiden Mannschaften 4 (2x Red Bull Salzburg, 2x SK Rapid Wien) für sich entscheiden bzw. befanden sich immer unter den ersten Drei der Tabelle, und stellen somit das non-plus-ultra im heutigen österreichischen Spitzenfußball dar. Daher ist ein Vergleich aus diesem prestigeträchtigen Duell mit internationalen Spitzenmannschaften durchaus angebracht, was man auch an der durchschnittlichen Laufleistung (11788m) erkennen kann, die verglichen zu anderen Untersuchungen internationaler Spitzenmannschaften durchaus gut abschneidet. Der eklatante Unterschied im Bereich der hohen und höchsten Intensitäten zeigt jedoch eindeutig auf, dass erstens der körperlich-athletische Aspekt eine wichtige Rolle spielt um Erfolg zu haben und zweitens, dass dieser viel mehr auf der Summe der hohen und höchsten Laufintensitäten als jener der Laufumfänge basiert. Die Spieler werden in der Bundesliga zu wenig gefordert, da die Dichte qualitativ guter Mannschaften, die aufgrund ihrer finanziellen, infrastrukturellen und sportlichen Möglichkeiten die Chance hätte, auch international auf sich aufmerksam zu machen, einfach zu gering ist. Neben Red Bull Salzburg, SK Rapid Wien ist noch FK Austria Wien und mit Abstrichen Sturm Graz zu diesen Mannschaften zu rechnen, die sich ohnehin immer vorne in der Tabelle platzieren. Bei allem Respekt gegenüber allen anderen Mannschaften, so sind diese einfach aus den verschiedensten, meist aber finanziellen Gründen nicht in der Lage sich langfristig unter den besten Vereinen Österreich zu etablieren.

Mit zunehmender Spielgeschwindigkeit kommt es auch zu weitaus höheren Anforderungen im technisch-taktischen Bereich, das heißt, wenn österreichische Vereine in europäischen

Bewerbspielen auf Mannschaften treffen, die ihnen nicht nur wie im vorigen Kapitel körperlich überlegen, sondern auch ständig den hohen Anforderungen des Spitzenfußballs entsprechen müssen, erklärt das Bild, dass wir dann vor den Fernsehschirmen beobachten können, dass wir nicht, aber die anderen in der Lage sind auch unter schwierigsten räumlich-zeitlichen Bedingungen technisch anspruchsvollen Fußball zu spielen. Zumal der Einfluss der Kondition die Entwicklung des Fußballspiels maßgeblich beeinflusst hat und auf den österreichischen Fußball zutreffend Geese (1990, S.23) so treffend formuliert hat, „gleichzeitig die Stagnation technischer Fähigkeiten nicht zu übersehen ist“. Das mit zunehmender Müdigkeit auch die Qualität der technischen Fertigkeiten nachlässt (Rampinini 2009, Di Salvo 2007, Reinhold 2009) ist ein weiteres Dilemma, dass den österreichischen Fußball in einen Teufelskreis bringt, den zu verlassen mehr als nur schwierig sein wird, da Österreich sich zu lange auf seinen Erfolgen ausgeruht hat, und Innovationen gegenüber verschlossen war. Im Moment können sich österreichische Teams in internationalen Vergleichen nur wehren, aber „wer auf Dauer Erfolg haben will, kann nicht nur das Spiel des Gegners ersticken. Ist der Ball gewonnen, muss er auch sein eigenes spielen“ (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 38).

6. Empirische Untersuchung zur Entwicklung im Fußball

In diesem Kapitel liegt der Schwerpunkt auf der qualitativen Auswertung erhobener Interviews mit Personen aus der Fußballfachwelt.

6.1 Theoretische Grundlagen der qualitativen Forschung

In diesem Teil der empirischen Erhebung und Methodik wird die Handlungsweise des Autors theoretisch näher gebracht und inhaltlich begründet.

6.1.1 Die Grundlagen der qualitativen Forschung

Bei der qualitativen Forschung liegt der Kernpunkt auf der Auswertung und Interpretation von nichtnumerischen und verbalen Informationen. Darin besteht der große Unterschied zur quantitativen Forschungsmethode, die versucht eine Vielzahl von Informations- und Datenmaterial unter Zuhilfenahme statistischer Methoden aufzuschlüsseln, zu bewerten und in verwertbare Aussagen und Deutungen umzuwandeln. In vielen Fällen von diversen Untersuchungen und Forschungsarbeiten werden beide Methoden zur Auswertung herangezogen. Beide Methoden können sich natürlich auch gegenseitig unterstützen und einander bedingen (Kelle & Erzberger, 2003, S. 299f)

Flick (2005, S. 16) bezeichnet die Kennzeichen qualitativer Forschung wie folgt: „Qualitative Forschung ist von anderen Leitgedanken als quantitative Forschung bestimmt. Wesentliche Kennzeichen sind dabei die Gegenstandsangemessenheit von Methoden und Theorie, die Berücksichtigung und Analyse unterschiedlichster Perspektiven sowie der Reflexion des Forschers über die Forschung als Teil der Erkenntnis.“

6.1.2 Das qualitative Interview

Die offene Fragestellung und der damit zusammenhängende große Spielraum und die Freiheit bezüglich der Beantwortung einer Frage ist das wohl prägnanteste Kennzeichen des qualitativen Interviews.

Lamnek (2005, S.363) sieht im qualitativen Interview und unterschiedlichsten Formen eine zunehmende Bedeutung in der Sozialforschung erringen, da es zweifellos unkomplizierter ist, eine einzelne Person für ein Interview zu gewinnen. Weitere Elemente, die Lamnek (2005, S. 351) ins Zentrum rückt sind der Prozesscharakter des Interviews, Kommunikationsbereitschaft, Offenheit, Flexibilität und Zurückhaltung des Forschers und

seine Relevanzsysteme sowie den Charakter des Alltagsgesprächs. In jenen Elementen sieht Lamnek wichtige Eckpfeiler, aus denen er (2005, S. 355f) nachfolgende methodisch-technische Aspekte des qualitativen Interviews herleitet:

- „Qualitative Interviews erfolgen im alltäglichen Milieu des Befragten, um eine möglichst natürliche Situation herzustellen und authentische Informationen zu erhalten.
- Qualitative Interviews sind nicht standardisiert, d.h. die Fragen sind nicht vorab formuliert und es gibt keine spezifische Abfolge von Fragen.
- Schon beim Zugang zu den zu Befragenden ist die Vertrauensbasis wichtig. Es empfiehlt sich daher, den Zugang über Dritte zu suchen, die als Vermittler zwischen Forscher und Befragtem beider Vertrauen genießen.
- Große Fallzahlen sind ausgeschlossen; es geht bestenfalls um einige typische Fälle, die durch theoretical sampling gewonnen werden.
- Aus der Nichtstandardisierung folgt, dass es keine geschlossenen Fragen geben kann.
- Qualitative Interviews erfordern vom Interviewer höhere Kompetenz als bei standardisierten Befragungen. Daher wird der Interviewer im Regelfall der Forscher sein.
- Der zu Befragende muss Verbalisierungs- und Artikulationsvermögen besitzen.
- Die Atmosphäre beim Interview muss absolut vertraulich und freundschaftlich-kollegial sein.
- Es ist eine offene Gesprächstechnik zu praktizieren; der Interviewer ist anregend-passiv.
- Die Asymmetrie der Kommunikationssituation im qualitativen Interview (einer erzählt, der andere hört zu) ist tendenziell auch im Alltag üblich und wirkt – richtig praktiziert – gegenüber dem Befragten als positive Sanktion.
- Aufzeichnungsgeräte (Tonband und Video) sind unverzichtbar, um die Fülle der Informationen komplett zu haben und systematisch auswerten zu können.
- Das qualitative Interview kann länger dauern, weil es dem Alltagsgespräch ähnlicher ist als das quantitative.“

Flick (2005, S. 117) sieht im Leitfadeninterview den wichtigsten Faktor im Bereich des qualitativen Interviews. Die am öftesten benutzte Form im Bereich des qualitativen Arbeitens garantiert mit seinem Leitfaden eine grundlegende Basis für die Datenerhebung, innerhalb dessen noch ausreichend Raum für zusätzliche Fragen bleiben, die sich im Verlauf des Interviews oder bei der anschließenden Betrachtung noch ergeben könnten. Der Vorteil, der sich beim Leitfadeninterview gibt ist jener individuellen Betrachtungsweisen der einzelnen Personen im Gegensatz zu standardisierten Fragebögen.

Beim problemzentrierten Interview geht der Forscher mit einer gewissen Vorinformation an die Interviewsituation heran, welche sich durch Literaturstudium im zu erforschenden Gebiet, eigene Erfahrungen sowie dem Austausch mit Experten ergibt. Eine weitere zentrale Rolle spielt die offene Fragestellung, sowie die Unwissenheit des Interviewten bezüglich des ausgearbeiteten Konzepts des Forschers und die Unvoreingenommenheit eben jenes (Lamnek, 2005, S. 364f)

Der Interviewleitfaden beinhaltet jene Fragen, die der Autor für die Erstellung dieser Arbeit als wichtig empfunden haben und sind weitestgehend sehr offen formuliert um dem Interviewten in seiner Möglichkeit zur Beantwortung nicht einzuschränken. Der Interviewleitfaden ist im Anhang abgebildet um diese Aussage zu unterstreichen.

6.1.3 Die ausgewählten Interviewpartner

Bei der Auswahl der Personen, die für dieses Interview in Frage kamen war die Absolvierung der UEFA-Pro-Lizenz die einzige relevante Voraussetzung. Dem Autor war jedoch auch die Wichtigkeit der Erfahrung und des Wissens im Umgang augenscheinlich, die die Qualität der Antworten definitiv erhöht. Einige der Teilnehmer waren zum Zeitpunkt der Durchführung des Interviews gerade dabei ihre Ausbildung zum UEFA-Pro-Lizenztrainer abzuschließen und wurden aber nicht nur, genauso wie alle anderen Interviewten, nur aufgrund dieser von der UEFA verlangten Bescheinigung, sondern auch wegen deren Erfolge als Spieler und Trainer im österreichischen und internationalen Fußball ausgewählt. Ein weiterer und nicht unwesentlicher Faktor bei der Auswahl war die Verfügbarkeit der Personen.

Basierend auf dieser Ausgangssituation wurden 13 verschiedene Personen ausgewählt, bei denen auch noch Rücksicht darauf genommen wurde, Vertreter aus den verschiedensten Generationen zu stellen, wie in der folgenden Auflistung ersichtlich:

1. SCHÖTTEL Peter, geb. 26. März 1967
2. HICKERSBERGER Josef, geb. 27. April 1948
3. HICKERSBERGER Thomas, geb. 21. August 1973
4. RUTTENSTEINER „Willi“ Willibald, geb. 12. November 1962
5. HERZOG Andreas, geb. 10. September 1968
6. SCHINKELS Frenkie, geb. 9. Januar 1963
7. JANESCHITZ Thomas, geb. 22. Juni 1966
8. PROSENIK Christian, geb. 7. Juni 1968
9. CONSTANTINI „Didi“ Dietmar, geb. 30. Mai 1955
10. SEGRT Petar, geb. 8. Mai 1966
11. KÜHBAUER „Didi“ Dietmar, geb. 4. April 1971
12. DAXBACHER KARL, geb. 15. April 1953
13. STÖGER Peter, geb. 11. April 1966

Die Interviews wurden allesamt in vertrauter Umgebung durchgeführt um gleiche Bedingungen zu schaffen und die Interviewinhalte nicht zu verfälschen. Die Orte für die Befragung wurden von den Interviewten selbst gewählt und befanden sich manchmal am Arbeitsplatz oder zu Hause. Die Interviews mit Frenkie Schinkels und Andreas Herzog

fanden aufgrund terminlicher und örtlicher Probleme per Telefon statt. Bei jedem Interview herrschte eine äußerst lockere und entspannte Atmosphäre, die aufgrund der vorangegangenen Mitteilung über die ungefähre Länge des Interviews nie unter Zeitdruck litt.

Entgegen allgemeinen Gepflogenheiten wurde bei den Interviews auf ein Aufnahmegerät verzichtet und manuelle Aufzeichnungen auf dem Laptop durchgeführt, die überaus ausführlich und genau ausfielen. Stets gleich im Anschluss an die Interviews wurden diese transkribiert und dem Interviewten auf digitalem Weg zugesandt, der das komplette Interview nochmals auf Genauigkeit des Inhalts und der Wortwahl überprüfte und dann die Zustimmung zur Veröffentlichung gab. Mit Ausnahme einer einzigen Anmerkung bei 13 Interviews entsprach die Transkription nach Auskunft der interviewten Trainer exakt dem, was sie beabsichtigt hatten mitzuteilen.

Die Erfolge, bisherige Trainer und Spielerstationen und sonstige berufliche Verbindungen mit dem Fußball sind im Anhang genauso wie der Interviewleitfaden angehängt und sollen nur die geballte Fachkompetenz des österreichischen Fußballs zum Ausdruck bringen, die an dieser empirischen Studie teilgenommen hat.

6.1.4 Die Auswertungsmethode

In Anlehnung an Lamneks Auswertungssystem, dass auf vier Schritten basiert wurde zuerst eine Transkription der Interviews durchgeführt und somit die Informationen verschriftlicht. Im Anschluss an diese erste Phase der Auswertung erfolgt die Einzelanalyse, eine generalisierende Analyse und eine Kontrollphase die durchgeführt werden muss (Lamnek, 2005, S. 402f). Bevor der Auswertungsleitfaden erstellt wird, werden zuerst Kategorien für die Auswertung gebildet, die eine sinnvolle Analyse erleichtern und strukturieren sollen. Dieser Auswertungsleitfaden wird dann an den Interviews erprobt und wenn nötig angepasst. Der daraus entstehende Codierleitfaden stellt die Basis für eine sorgfältige Durcharbeitung der Interviews. Die daraus erhaltenen Ergebnisse werden nach Lamnek (2005, S. 206) in einer Art Quasi-Statistik quantifiziert, aus der schon erste Zusammenhänge erkennbar werden. Der abschließende Schritt besteht aus vertiefenden Fallinterpretationen, aus denen neue Zusammenhänge erschlossen werden sollen bzw. Hypothesen generiert werden, die dann die Basis für neuen theoretischen Erkenntnisgewinn bilden.

Die innerhalb dieser empirischen Studie durchgeführte Auswertung des vorhandenen Datenmaterials fundiert auf einem nach Lamneks Anweisungen erstellten Codierleitfaden, der im Anschluss dargestellt ist.

Kategorie 1: Spieler

- Physische Fähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Athletik, Ausdauer, etc.)
- Psychische Fähigkeiten (mentale Stärke, Handlungsschnelligkeit)
- Psycho-soziale Kompetenz (Teamfähigkeit)
- Fußballspezifische TE/TA Komponenten (Passspiel, Finten, Dribbling, Positionsspiel, taktische Schulung, Technik)

Kategorie 2: Trainer

- Ressourcen (was muss im Trainerteam vorhanden sein um jemanden zu entwickeln; Spezialisten)
- Entwicklungsfähigkeit (Wie bleibt ein Trainer am Puls der Zeit, Fortbildung)

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

- Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles
- Infrastruktur/Verein

6.2 Die Trainer in der Einzelanalyse

Um das Ausmaß der Fachkompetenz der verschiedenen Trainergenerationen noch mal vor Augen geführt zu bekommen, werden im Anhang die Erfolge als Spieler und Trainer eingefügt (Stand 31.5.2010). Im Anschluss erfolgt, wie bereits im vorigen Kapitel angekündigt, die nach dem Codierleitfaden erfolgte Analyse anschließend.

6.2.1 Peter Schöttel, 26. März 1967

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Er meint: „Die Spieler sind in einen körperlich topfiten Zustand zu bringen (Frage 2). Weiters sieht er im körperlichen Bereich „vor allem Schnelligkeit und Beweglichkeit“ Verbesserungsmöglichkeiten (Frage 5).

Psychische Fähigkeiten:

Schöttel meint, dass „der mentale Bereich wird einen größeren Stellenwert bekommen, da der Druck in diesem Medienzeitalter aus meiner Sicht immer größer wird.“ (Frage 1).

Ähnliches erwähnt er später im Interview, als er sagte, dass die „psychische Verfassung der Spieler eine große Rolle spielen“ wird (Frage 5).

Psycho-soziale Kompetenz:

Hier sind „stabile Persönlichkeiten gefragt, die genau wissen wo sie hinwollen“ (Frage 1) Er sieht auch „ein Mentalitätsproblem“ in Österreich, mit einer falschen Selbsteinschätzung, „wenig Geduld“ und immer ein „einfachsten Weg“ einschlagend, „anstatt hart an unserer Zukunft zu arbeiten“ (Frage 9). Bei den jungen Spielern erkennt er eine mangelnde Berufseinstellung, viel zu schnelle Zufriedenheit mit dem bereits Erreichten, sowie fahrlässiger Umgang mit eigenem Talent und mangelnde Ellbogentechnik um ihre Ziele zu erreichen (Frage 10).

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Durch das schnellere Spiel „wird das Umsetzen von perfekter Technik, unter Raum und Zeitdruck, immer wichtiger (Frage 1) Er meint, dass „die Technik in immer höherem Tempo entwickelt werden“ muss. (Frage 2), denn im „Bereich der Balltechnik, gilt es sich immer weiter zu verbessern“(Frage 5).

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Schöttel befürwortet „generell das Hinzuziehen von Spezialisten“ und „die Mithilfe von Sportwissenschaftlern“ und meint auch, dass Spezialisten in diesem Bereich sehr gefragte Personen sein werden (Frage 3). Einem großen Betreuerstab sieht er positiv gegenüber, da „durch diese verstärkte individuelle Betreuung“ jeder Einzelne und die Mannschaft profitieren werden und „man sich mehr um jeden einzelnen Spieler kümmern kann“ (Frage 4). Er fordert zusätzlich noch eine „Ausbildung von höchstqualifizierten und hoch motivierten Trainern“ (Frage 8).

Entwicklungsfähigkeit:

Schöttel bemängelt, dass die unter ständigem Erfolgsdruck befindlichen Trainer sich im Zweifel gegen talentierte und für routinierte Spieler entscheiden, sowie gar nicht daran interessiert sind, „sich der Weiterentwicklung der jungen Spieler anzunehmen oder gar Extraschichten mit den Talenten einzuschieben“ und ihnen dadurch „oft kaum Perspektiven vermitteln“ (Frage 10). Um selbst am Puls der Zeit zu bleiben liest Schöttel Fachzeitschriften, tätigt Vereinsbesuche und Gespräche mit kompetenten Menschen und verfolgt interessante Beiträge im Fernsehen bzw. Internet (Frage 7)

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

Schöttel sieht in einer Umverteilung der finanziellen Mittel nach dem holländischen Modell einen guten Lösungsansatz um qualitativ hochwertige Trainer im Nachwuchsbereich zu installieren (Frage 8). Weiters bemängelt er, dass Funktionäre im Fußball „meistens weder genügend Geduld noch Weitblick besitzen, um zu erkennen, dass nur systematische Planung langfristig Erfolge beschert“ und „von ihren Trainern permanent kurzfristigen Erfolg fordern“, da sie „sich von Medien und Fans zum Teil viel zu sehr beeinflussen lassen“ (Frage 10)

Infrastruktur/Verein:

Schöttel sieht die Investition in infrastrukturelle Maßnahmen als unbedingt notwendig um nicht noch weiter abzusacken (Frage 8) und hatte bei seinem letzten Verein (Wiener SK Wienstrom) weder die finanziellen noch die infrastrukturellen Mittel um trainingstechnische Anforderungen umzusetzen (Frage 6).

6.2.2 Josef Hickersberger, 27. April 1948

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Neben anderen Eigenschaften sieht Hickersberger sen. die Schnelligkeit als die Dominierende in Zukunft an (Frage 1).

Psychische Fähigkeiten:

Neben der Handlungsschnelligkeit schreibt Hickersberger dem Willen, täglich hart an sich zu arbeiten, um sich durchsetzen zu können, einen bestimmenden Faktor zu, der in Zukunft beim Scouting ausschlaggebend sein wird (Frage 1) und sieht auch daher im Mentaltraining der Spieler noch viel Entwicklungspotenzial (Frage 6).

Psycho-soziale Kompetenz:

Hickersberger sen. vermisst Typen wie Rooney, Materazzi oder Cantona und meint, dass sehr viel Wert auf „angepasstes soziales Verhalten“ im österreichischen Fußball gelegt wird, was zur Entwicklung von „braven Spielertypen führt“ und es Talenten wie Arnautovic erst im Ausland möglich macht sich zu entwickeln (Frage 7)

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Als drittes leistungsentscheidendes Kriterium sieht Hickersberger sen. die Technik und zwar meint er, dass „Technik in höchstem Tempo, auf engstem Raum und unter Druck des Gegners wird eine immer größere Rolle spielen“ wird (Frage 1). Er sieht auch ein Einfließen der konditionellen Faktoren ins TE/TA Training in Form von Komplexübungen bzw. Spielformen.

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Hickersberger sen. sieht in der Zusammenarbeit mit der Wissenschaft eine positive Entwicklung für den Fußball (Frage 3) und durch die zunehmende „Individualisierung im Fußballtraining“ eine Notwendigkeit einer größeren Anzahl an Trainerassistenten zu denen sich Spezialisten wie Arzt und Physiotherapeuten, Mentaltrainer, Ernährungsberater und Computerfachmänner für Spielanalysen gesellen, denn nur sie können „bei der rasanten Entwicklung im Spitzensport in ihren Fachgebieten noch up to date sein“ (Frage 4).

Entwicklungsfähigkeit:

Hickersberger sen. hält sich im Fußball durch Hospitationen, Trainerfortbildungen, Fachliteratur und durch Verfolgen der Champions League sowie Premier League Spiele im Fußballbereich auf dem Laufenden.

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

Als Teamchef des österreichischen Teams wurden seine Wünsche bezüglich eines großen Betreuerstabes umgesetzt (u.a. Conditioningcoach und 2 Psychologen) (Frage 4). Bei Al Wahda sind die Möglichkeiten unterschiedlich zu bewerten. „Auf der einen Seite wird bei Spielanalysen "Prozone" verwendet, auf der anderen Seite verfügt der Klub derzeit über keinen Trainingsplatz, weil der einem Einkaufszentrum Platz machen musste“ (Frage 6).

Infrastruktur/Verein:

Die letzten Erfolge im Nachwuchs lassen laut Hickersberger sen. auf eine Verbesserung der Jugendarbeit in den Vereinen schließen, wobei er im „Österreicher-Topf und im Challenge 2008-Projekt des ÖFB einen großen Beitragsleister dafür sieht (Frage 10).

6.2.3 Thomas Hickersberger, 21. August 1973

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Hickersberger jun. Meint: „Fußballer werden zu immer kompletteren Athleten werden müssen, um den Anforderungen des modernen Spiels zu entsprechen. Der Schnelligkeit wird meiner Meinung nach eine noch größere Bedeutung zukommen“ (Frage 1).

Psychische Fähigkeiten:

Viele Talente scheitern am Übergang zum Leistungssport weil sie, so Hickersberger jun „nicht gut darauf vorbereitet werden“. „Höherer Druck und stärkere Gegenwehr in Wettkampf und Training, ausbleibende Erfolgserlebnisse und andere Rückschläge gilt es zu verkraften, Eigenverantwortung für die eigene Leistung und die persönliche Weiterentwicklung zu übernehmen“ (Frage 10)

Psycho-soziale Kompetenz:

Hickersberger jun. kehrt hervor, dass Einzelsportler mehr Verantwortung übernehmen, da sie sich nicht hinter der Mannschaft verstecken können. „Diese Unselbständigkeit limitiert vor allem die Fußballer. Auf dem Weg zum „kompletteren Athleten“ müssen sie mehr „Trainerkompetenz“ erwerben, eigenständiger an sich arbeiten und mehr Eigenverantwortung übernehmen (Frage 5).

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Hickersberger jun. meint bei der Wichtigkeit der Schnelligkeit „nicht nur die Fähigkeit schnell laufen zu können“ (Frage 1).

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Hicke jun. sieht die Wissenschaft als Diener des Fußballs, die keinen Selbstzweck verfolgt und dadurch dem Fußball „schon viele neue Impulse gegeben“ hat (Frage 3). Er ist der Meinung, dass ein Trainer „nicht auf allen Gebieten Experte sein“ kann und daher die Fähigkeit Kompetenzen zu delegieren als wichtig erachtet und dabei eine „gute Kommunikation unerlässlich“ ist. Er spricht sich für ein „Team hinter dem Team“ aus, also Spezialisten, die er im Bedarfsfall hinzuziehen kann. (Frage 4).

Entwicklungsfähigkeit:

Hickersberger jun. versucht sich an den Besten zu orientieren und beobachtet daher die Spitzenvereine der Welt via TV oder auch während eines Trainingslagers. Das Lesen von

Fachzeitschriften, Fachbüchern, Trainerfortbildung und das Internet runden seine Beschäftigung mit Fußball ab.

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

„Spielerentwicklung und kurzfristiger Erfolg harmonisieren nur selten“. Laut Hickersberger jun. benötigt Entwicklung Zeit und vor allem Geduld, doch „unsere Talente kommen oft nur zu Einsätzen, wenn ihr Verein am Rande der Insolvenz wandelt“ (Frage 10)

Infrastruktur/Verein:

Österreich sollte nach Hickersberger jun. „in punkto struktureller und infrastruktureller Rahmenbedingungen“ keine internationalen Vergleiche anstellen, denn „sonst wird einem ganz schnell klar, warum Österreich im Fußball keine große Rolle mehr spielt“ (Frage 6). Weiters fehlt Österreich „einheitliches Bekenntnis zum Ausbildungsland in Sachen Fußball“ (Frage 10)

6.2.4 Willi Ruttensteiner, 12. November 1962

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Ruttensteiner sieht die körperliche Basis für heute als selbstverständlich an (Frage 1).

Psychische Fähigkeiten:

Laut Ruttensteiner ist im mentalen Bereich noch sehr viel Entwicklungspotenzial, da der Körper Grenzen hat, „der Geist jedoch nicht“ (Frage 5).

Psycho-soziale Kompetenz:

Viele Kinder lernen im Fußballverein das Siegen und Verlieren und den Umgang mit anderen Menschen ist Ruttensteiner überzeugt (Frage 9). Im scheint auch die Ausbildung von Spielerpersönlichkeiten immer wichtiger zu werden (Frage 1).

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Die TE/TA Anforderung im Fußball werden noch ausgereifter sein und sie entwickeln „sich Jahr für Jahr zu fast unglaublichem Perfektionismus“ so Ruttensteiner (Frage 1).

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Hier sieht Ruttensteiner einen eindeutigen in Richtung Individualisierung mit Einbeziehung von Spezialisten, da nur so die Weiterentwicklung eines Spielers möglich ist, was aber eine Vergrößerung des Betreuerstabes zur Folge hat (Frage 2). Denn „alle Bereiche des Fußballs (Technik, Taktik, Kondition, Persönlichkeitsbildung, Gesundheit der Spieler)“ sollten nach ihm von Spezialisten abgedeckt werden (Frage 4). Er sieht Fußball nicht als linear im Sinne der Leichtathletik und ist der Meinung, dass die Sportwissenschaft es überhaupt ermöglicht, den Fußball zu reflektieren (Frage 3). Ruttensteiner stellt fest, dass eine individuelle Betreuung österreichischer Talent enorme Wichtigkeit besitzt und diese durch „Projekt 12“ vom ÖFB sichergestellt werden soll. (Frage 10).

Entwicklungsfähigkeit:

Als Sportdirektor des ÖFB versucht Ruttensteiner aus den „bench marks“ wie FIFA-Weltmeisterschaften, Europameisterschaften, Champions League und aus der österreichischen Bundesliga Trends und Entwicklungen herauszufiltern, die er bei Trainerfortbildungen anbieten möchte (Frage 6), an denen er, sowohl national als auch international als Zuhörer bzw. Instruktor teilnimmt. Er hat in den letzten 10 Jahren viele Verbände Europas bereist um deren Spielerentwicklungsprogramme zu untersuchen und sieht aber auch den Austausch mit Trainerkollegen aus der Praxis als immens wichtig an (Frage 7).

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

Ruttensteiner sieht in der Erweiterung des Formates der 1. Und 2. Bundesliga und dadurch einer Schaffung neuer Arbeitsplätze eine Chance für Jungprofis sich zu etablieren. Mit dem österreichischen Weg wurde seiner Meinung nach der erste Schritt getan international aufzuholen und diesen Weg gilt es weiter zu verfolgen (Frage 8).

Infrastruktur/Verein:

Ruttensteiner sieht in Österreich eine klare Deklaration zu einem Ausbildungsland im Fußball, denn es ist einfach nicht möglich im Fußballgeschäft der Milliarden mitzuhalten. (Frage 8).

6.2.5 Andreas Herzog, 10. September 1968

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

„Nach der heutigen Entwicklung und zukünftigen Tendenzen sehe ich in der Schellkraft, Schnelligkeit und Explosivität die dominierenden Faktoren in der Zukunft“ ist Herzog überzeugt. Um der internationalen Athletik gerecht zu werden, muss die Trainingsintensität in Österreich erhöht werden (Frage 1).

Psychische Fähigkeiten:

Handlungsschnelligkeit und Antizipation scheinen ihm die dominanten Faktoren in Zukunft zu sein (Frage 1).

Psycho-soziale Kompetenz:

Sein Schlagwort diesbezüglich lautet Eigeninitiative und eine damit zusammenhängende gewissenhafte Berufsauffassung, was so viel bedeutet, dass „abseits des Platzes“ sehr viel Entwicklungspotenzial brach liegt (Frage 5). Das verbindet er mit einer raschen Zufriedenheit mit dem Erreichten, die sich vor allem bei jungen Spielern zeigt und er auf unseren hohen Lebensstandard zurückführt. Spieler mit Migrationshintergrund bzw. aus sozial schwächeren Ländern seien hungriger, zielstrebig und bereit alles dem Erfolg unterzuordnen (Frage 9). Herzog sieht weiters im Durchleben von Höhen und Tiefen im Profifußball die Chance sich zu einer Persönlichkeit heranzubilden um bestehen zu können (Frage 8).

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Hier setzt Herzog auch auf Eigeninitiative, sich mit Gegner, Taktik, Spielphilosophie und seiner Aufgabe auf dem Platz zu beschäftigen (Frage 5).

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Herzog meint, dass „durch den zunehmenden Grad der Individualisierung der Wissenschaft in Zukunft noch größere Bedeutung zukommt“ (Frage 3). Er meint, „dass es auf hohem Niveau unerlässlich ist mit Fachspezialisten zu arbeiten“ und „alle Fachkräfte auf einem Topniveau besetzt sind“ (Frage 4).

Entwicklungsfähigkeit:

Herzog nutzt hier seine Kontakte aus der Spielerzeit, um einen „regelmäßigen Gedankenaustausch, auf nationaler und internationaler Ebene zu schaffen“. (Frage 7)

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

Herzog sieht hier ein Problem durch das Bosmanurteil, dass Österreich eine Generation an Spielern gestohlen hat, da ihnen von mittelmäßigen Ausländern der Weg verstellt wurde (Frage 8).

Infrastruktur/Verein:

Als U21-Teamchef kämpft er nur mit dem Problem Zeit, da er die Spieler nur immer eine beschränkte Anzahl an Tagen zur Verfügung hat und daher viel Verantwortung an die Vereine abgeben muss (Frage 6).

6.2.6 Frenkie Schinkels, 9. Jänner 1963

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Schinkels sagt, dass sich die Komponenten Kraft und Schnelligkeit im Bereich Fitness „gegenüber den anderen durchsetzen werden“, wobei aber auch in diesen Fortschritte „erzwungen“ werden müssen (Frage1).

Psychische Fähigkeiten:

Hier nimmt laut Schinkels die Handlungsschnelligkeit in dominierende Rolle ein (Frage 1).

Psycho-soziale Kompetenz:

Schinkels fordert mehr Eigenverantwortung vor allem von jungen Spielern um ihre Stärken zu stärken und Schwächen zu verringern, denn „Stillstand bedeutet Rückschritt“ (Frage 5). Weiters streicht er die durch einen hohen Wohlstand schnell erreichte Zufriedenheit hervor, die den Zielen im Fußball kontraproduktiv gegenüberstehen (Frage 9).

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Schinkels: „Der Schwerpunkt wird sich noch mehr in den Bereich Technik verschieben“ (Frage 1). „In Österreich legen wir zu wenig Wert auf die Grundschule, das ein-mal-eins im Fußball“, denn diese elementaren Techniken fehlen uns auf dem Feld (Frage 2). In Österreich arbeiten wir, laut Schinkels, „sehr viel im körperlichen Bereich ohne aber die Technik darauf zu adaptieren“ (Frage 8)

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Aufgrund von Kadervergrößerungen, Medienarbeit, mentaler und wissenschaftlicher Bereich, etc ist es notwendig Experten an seiner Seite zu haben, und Schinkels ist sich „nicht zu schade auf Spezialisten zurückzugreifen“ um Verantwortung zu delegieren, denn „eine konstruktive und vertrauensvolle Zusammenarbeit in einem großen Team ist ein kleiner Schlüssel zum Erfolg“ (Frage 4).

Entwicklungsfähigkeit:

Schinkels ist ständig auf den Fußballplätzen der verschiedensten Ligen unterwegs um sich Ideen anderer anzusehen und zunutze zu machen. Zusätzlich dazu führt er Hospitationen durch und liest Fachliteratur (Frage 7).

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

Der Vorstand will von katastrophalen infrastrukturellen Zuständen laut Schinkels gar nichts wissen und stellt daher nur einfachste Trainingsmittel zur Verfügung, „aber für alles andere, was darüber hinaus geht befindet sich kein Geld mehr im Budget“ (Frage 6).

Infrastruktur/Verein:

Schinkels spricht von „katastrophalen Zuständen“ bei seinem letzten Verein (SK Austria Kärnten), „einfach nicht Bundesliga reif, was die Infrastruktur betrifft“ (Frage 6).

6.2.7 Thomas Janeschitz, 22. Juni 1966

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Ihm „erscheint die Schnelligkeit in allen ihren Bestandteilen als wichtigstes Kriterium“ (Frage 1).

Psychische Fähigkeiten:

Spieler, die es nach Janeschitz schaffen, an ihre Grenzen zu gehen, werden auch dem Druck im internationalen Fußball standhalten können (Frage 5) und er kann sich auch vorstellen, dass Spieler diese Verantwortung im psychischen Bereich selbst übernehmen (Frage 2).

Psycho-soziale Kompetenz:

Um dem heutigen Druck im Fußball standhalten zu können muss laut Janeschitz im Bereich der Persönlichkeitsbildung gearbeitet werden (Frage 1), denn diese war in der Vergangenheit oft Hindernisse für viele Karrieren (Frage 5).

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Janeschitz meint, dass es durch den immer größer werdenden Raum- und Zeitdruck zur Herausbildung einer perfekten Technik kommt (Frage 1).

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Durch den Trend zum Individualtraining scheint nach Janeschitz ein großer Betreuerstab oder externe Betreuer unabdingbar. „Im Profibereich sind so viele Spezialisten am Werk“ (Frage 3), da „Fachleute aus verschiedenen Bereichen größeren Output erzielen können“ (Frage 4). Über dem ganzen Konstrukt steht der Cheftrainer, der für die Kooperation verantwortlich ist (Frage 3).

Entwicklungsfähigkeit:

Als Leiter der Trainerausbildung nützt Janeschitz die Möglichkeit internationaler Kontakte und die FIFA bzw. UEFA-Sitzungen um neue Erkenntnisse zu gewinnen.

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

Janeschitz sieht trotz aller Entwicklungen in Österreich den Abstand zum internationalen Fußball dennoch als stets gegeben an (Frage 8).

Infrastruktur/Verein:

Ihm war es bei Austria Wien unter Berücksichtigung finanzieller Überlegungen möglich, ständig professionelle Arbeit zu leisten (Frage 6).

6.2.8 Christian Prosenik, 7. Juni 1968

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Wichtig erscheinen ihm in Zukunft die Faktoren Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination und Beidbeinigkeitsfähigkeit (Frage 1).

Psychische Fähigkeiten:

Prosenik räumt ein, „dass es oft nicht die Talentiertesten bis ganz nach oben schaffen sondern diejenigen, die bereit sind, am härtesten an sich zu arbeiten und stellt daher dem Faktor Einstellung ein wichtiges Zeugnis im Leistungssport aus.

Psycho-soziale Kompetenz:

Hier sieht Prosenik Probleme im Bereich der Kritikfähigkeit (Frage 8) und einer zu schnellen Zufriedenheit mit dem bereits Erreichten (Frage 8 und 9).

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Entscheidend wird hier nach Prosenik, dass ein Spieler seine erlernte Technik und Taktik unter größtem Raum- und Zeitdruck einsetzen kann und sich dadurch gegen seinen Gegenspieler durchsetzen kann“ (Frage 1). In Österreich mangelt es nach ihm auch an der Schnelligkeit des Umschaltens von Offensive zur Defensive und an der Kompaktheit des Systems (Frage 8).

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Prosenik sieht den Einsatz von Spezialtrainern und Individualtrainern als immens wichtig an (Frage 2). In der Zukunft wird ein Trainingsaufbau ohne wissenschaftliche Unterstützung nicht mehr möglich sein, was eine Zuziehung von Spezialisten notwendig macht (Frage 3). „International ist es schon lange üblich, dass eigene Spartentrainer im Team zusammen arbeiten, wobei dem Cheftrainer die Entscheidungsgewalt obliegt (Frage 4).

Entwicklungsfähigkeit:

Prosenik besucht Trainerfortbildungen im Verein und Seminare des ÖFB, nutzt das Internet, schaut fußballspezifische DVDs und hat aufgrund seiner internationalen Hospitationen auch die Möglichkeit sich mit diesen Leuten auszutauschen (Frage 7).

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

„Finanziell sind wir im AKA – Bereich am Limit“ spricht Prosenik über die Situation bei Rapid (Frage 6), der auch bei der Bestellung von Trainern im Betreuerteam die Finanzierungsproblematik anspricht (Frage 4).

Infrastruktur/Verein:

„Gerade Rapid investiert sehr viel in seinen Nachwuchs und die Ausbildung der Trainer, wobei man diese Summen nicht mit internationalem Niveau vergleichen darf“ gibt sich Prosenik hierbei nachdenklich.

6.2.9 Dietmar Constantini, 30. Mai 1955

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Constantini sieht in der Schnelligkeit, die jedoch schwer trainierbar ist die entscheidende Komponente (Frage 1). In der Vergangenheit hat man diese Komponente vielleicht noch kompensieren können, in Zukunft bleibt man auf der Strecke urteilt Constantini (Frage 8).

Psychische Fähigkeiten:

„Unbändiger Wille“ kann einen dort hin bringen wo man will, so Constantini (Frage 3). „Die genetischen Voraussetzungen kombiniert mit psychologischen Komponenten sind hierbei die elementaren Strukturen zum Erfolg im Fußball“ resümiert Constantini (Frage 1). „Neben all den Talenten die man mitbringen muss um ein erfolgreicher Fußballer zu sein, ist die Mentale bzw. Psychologische die Wichtigste“ stellt Constantini dieser Fähigkeit ein sehr gutes Zeugnis aus (Frage 3).

Psycho-soziale Kompetenz:

Zu schnelle Zufriedenheit tritt in Österreich oft ans Tageslicht so Constantini (Frage 9 und 10).

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Hier ist eine Kombination aus Schnelligkeit und Technik als effizient anzusehen (Frage 1). Eine sehr gute Balltechnik und kurzes Verweilen am Ball wird unerlässlich sein um erfolgreich zu agieren (Frage 2).

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Nach Constantini wird sich „vieles in den Bereichen Individualität und individuelles Gestalten der eigenen Person entwickeln“ (Frage 3) wozu die Spieler ihre „personal trainer“ nehmen werden um an ihren Stärken und Schwächen zu arbeiten. Dies wird sich aber alles nur im körperlichen Bereich abspielen meint Constantini (Frage 5). Neben den fachlichen

scheinen Constantini die psychologischen Fähigkeiten des Trainers als immens wichtig (Frage 3) und in gewissen Bereichen delegiert er Kompetenzen an Spezialisten (Frage 7).

Entwicklungsfähigkeit:

Im Vordergrund von Constantinis Fortbildungsdrang steht die Beobachtung von nationalen und internationalen Spielen sowie Einholung von Informationen schriftlicher Medien (Frage 7).

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

„Wir suchen die Zwerge und finden sie nicht mehr, weil wir selber schon ein Fußballzweig sind“ so Constantini. Mit Ausnahme von Red Bull Salzburg verfügen wir im Clubfußball nicht über die entsprechenden Mittel wie sie international vorherrschen (Frage 6).

Infrastruktur/Verein:

„Infrastrukturell hat man sich in Österreich in den vergangenen Jahren einfach nur drüber gerettet und es wird sich auch in Zukunft nicht ändern, weil den meisten Vereinen mit wenigen Ausnahmen einfach nicht die Mittel zur Verfügung stehen“ ist Constantini überzeugt. Vereine, die bei schlechtem Wetter keine Ausreichenden Trainingsmöglichkeiten haben sind in der Bundesliga keine Ausnahme (Frage 6).

6.2.10 Petar Segrt, 8. Mai 1966

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Segrt sieht die Spieler 6-7x in der Woche vor dem Training im Kraftraum, wo sie u.a. Schnelligkeit, Kraft, Robustheit und Ausdauer trainieren können (Frage 2). Um internationales Spitzenniveau zu erreichen benötigt man eine sehr gute körperliche Verfassung (Frage 1) und sieht daher im Bereich Schnelligkeit und Ausdauer noch Entwicklungspotenzial nach oben (Frage 5) und diesbezüglich plus Spieltempo noch großen Aufholbedarf in Österreich (Frage 8).

Psychische Fähigkeiten:

Mentale Stärke (Frage 1) scheint Segrt sehr wichtig um Erfolg zu haben, wobei ihm in Österreich bei vielen Spielern der absolute Wille fehlt sich durchsetzen zu wollen um erfolgreich zu sein, da bei vielen zu rasche Zufriedenheit mit dem bereits Erreichten einsetzt (Frage 8).

Psycho-soziale Kompetenz:

Er sieht im „Teamwork“ (Frage 1, 4 und 10) und in der Schaffung von Persönlichkeiten (Frage 9) ein zentrales Element im Spiel.

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Das Spieltempo und das Passspiel sind noch zu verbessern (Frage 1). Technik, Spielverständnis und Taktik in Defensive und Offensive sind weiterzuentwickeln (Frage 2).

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Segrt spricht sich eindeutig für Spezialisten in den verschiedensten Bereichen aus. Ernährung, medizinische Betreuung (Rücken, Zehen, Zähne), Mentaltrainer, Konditionstrainer, etc., denn wenn man so viel wie möglich selbst abzudecken versucht, hat man vielleicht kurzfristig Erfolg, aber langfristig ist man im Profigeschäft zum Scheitern verurteilt (Frage 4 und 5) und sieht daher in der Wissenschaft einen wichtigen und nützlichen Partner (Frage 3).

Entwicklungsfähigkeit:

Segrt meint, dass es immer und überall etwas zu lernen gibt, egal ob Champions League oder beim Jugendtraining. Ansonsten sind für ihn Hospitationen und die damit entstehenden Kontakte sehr wichtig um sich fachlich auszutauschen. Des Weiteren nimmt er stets an Trainerfortbildungen teil.

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

Segrt spricht auch bei seiner Station in Georgien von sehr schwierigen finanziellen Möglichkeiten um effektiv arbeiten zu können (Frage 6).

Infrastruktur/Verein:

Als georgischer Nationaltrainer war er nach dem Beginn des Krieges mit Russland aus verständlichen Gründen mit begrenzten infrastrukturellen Rahmenbedingungen konfrontiert, wobei der Zustand davor auch nicht erfreulich war (Frage 6).

6.2.11 Dietmar Kühbauer, 4. April 1971

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Motorische Schnelligkeit hebt Kühbauer neben den anderen konditionellen Faktoren hervor (Frage 5) und ist auch der Meinung, dass man durch überdurchschnittliche körperliche Komponenten Schwächen in anderen Bereichen kaschieren kann (Frage 1).

Psychische Fähigkeiten:

Hier sieht Kühbauer unbedingte Verbesserungen im Bereich des psychischen Trainings, damit die Spieler mit den Druckbedingungen, die mit höherem Spielniveau auf sie zukommen, umgehen können (Frage 1). Weiters benötigen vor allem junge Spieler eine stabile Psyche um auch mit Rückschlägen leichter umgehen zu können (Frage 10).

Psycho-soziale Kompetenz:

Wie schon viele Kollegen vor ihm ist Kühbauer die Eigenverantwortung der Spieler immens wichtig. Der Spieler muss wissen, dass er selbst sich verbessern muss um im Fußball bestehen zu können (Frage 1 und 2).

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Kühbauer meint, dass größere technische Entwicklungen nur im Jugendalter möglich sind bzw. sich im Erwachsenenalter als schwierig erweisen. Er nennt hier Barcelona als das non-plus-ultra, „besser geht's nicht“ (Frage 5), wobei er dem österreichischen Fußball in gerade diesem Bereich Technik internationales Niveau abspricht (Frage 8).

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Er kann einem großen aufgeblähten Betreuerstab wenig abgewinnen, spricht sich jedoch für ein System mit Headcoach aus, in dem viele Kompetenzen verteilt werden und klare Führungshierarchien bestehen (Frage 4).

Entwicklungsfähigkeit:

Im Gegensatz zu älteren Trainern die relativ schnell zufrieden waren, sieht Kühbauer die neue Trainergeneration sich ständig selbst „trainieren“, also den Drang zu besitzen sich weiterzuentwickeln (Frage 4 und 7). Er selbst liest Fachzeitschriften und Bücher, studiert Videos und würde gerne an seinen alten Wirkungsstätten im Ausland hospitieren (Frage 7).

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

In Österreich fehlt Geld bzw. der Wille das vorhandene Geld nicht in ausrangierte, überteuerte Spieler, sondern in Impulse im Trainingsbereich zu investieren (Frage 3 und 4). In Österreich fehlt jedoch das notwendige Geld um Ansprüche und Wirklichkeit auf eine Ebene zu heben, so wie es die tonangebenden Länder Frankreich, England oder Spanien machen (Frage 6).

Infrastruktur/Verein:

Improvisation ist hier Kühbauers Schlagwort (Frage 7), weil man öfters auf andere Plätze ausweichen muss bzw. nur einen Teil des Platzes zum Trainieren zur Verfügung hat. Aufgrund der gesteigerten Trainingskapazitäten sind kaum Plätze vorhanden, wodurch man zu externen Ausweichmöglichkeiten greifen muss (Frage 6).

6.2.12 Karl Daxbacher, 15. April 1953

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Daxbacher sieht die Faktoren Schnelligkeit, Gewandtheit und Beweglichkeit als in Zukunft leistungsbestimmende (Frage 1).

Psychische Fähigkeiten:

Daxbacher sieht großen Aufholbedarf in Sache Individualität und Kreativität in Österreich (Frage 8 und 10).

Psycho-soziale Kompetenz:

Die Spieler müssen verstehen, dass ihr Körper ihr Kapital ist und hier eine große Eigenverantwortung übernehmen (Frage 5).

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Laut Daxbacher wird „im TE/TA die Schulung der Taktik im Kampfmannschaftsfußball immer mehr Bedeutung zukommen“, wobei die technische „Grundlagen all dieser Anforderungen im Nachwuchsfußball, sprich goldenen Lernalter zwischen 10 und 12 Jahren“ gelegt werden müssen (Frage 1).

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Sieht einen Trend Richtung Individualisierung, der durchaus mit einer Forderung nach einem vergrößertem Betreuerteam einhergeht um viele Bereiche des Fußballs abzudecken und daher eine Zusammenarbeit mit der Wissenschaft unumgänglich macht (Frage 2,3 und 4).

Entwicklungsfähigkeit:

Daxbacher ist gerade dabei die UEFA-Pro-Lizenz Ausbildung abzuschließen und steht daher mitten in der Weiterbildung. Seine Schwerpunkte liegen auf der Beobachtung internationaler Spiele und des Lesens von Fachliteratur (Frage 7).

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles:

Daxbacher spricht bei allen Ansprüchen die im Fußball notwendig sind von einer Schwierigkeit diese zu finanzieren (Frage 4).

Infrastruktur/Verein:

National gesehen sind die Möglichkeiten bei FK Austria Wien sehr gut, international sieht Daxbacher jedoch großen Aufholbedarf.

6.2.13 Peter Stöger, 11. April 1966

Kategorie 1: Spieler

Physische Fähigkeiten:

Stöger sieht Schnelligkeit und die körperliche Konstitution als sehr wichtig an, wobei er die „Schnelligkeit in ihren verschiedensten Ausprägungsformen“ für den internationalen Topfußball noch hervorhebt und unterstreicht. „Die Kombination und die Maximierung der physischen und gedanklichen Schnelligkeit wird im Fokus des Trainers und des Spielers liegen. Die Anzahl der Spieler, die dies in sich vereinen können wird immer geringer (Frage 1).

Psychische Fähigkeiten:

Hier meint Stöger, dass es notwendig ist handlungsschnell zu sein um im Fußball auf hohem Niveau zu reüssieren und darauf muss vor allem schon im Nachwuchs viel Wert gelegt werden (Frage 2).

Psycho-soziale Kompetenz:

Stöger tritt 80-90% der Verantwortung über ihre Entwicklung an sie selbst ab. Da die Möglichkeiten sich im Mannschaftsbereich zu verstecken noch immer sehr groß sind, ist es gefragt die Eigenverantwortung der Spieler zu wecken, sodass sie hauptsächlich für ihre sportliche Karriere verantwortlich sind (Frage 5).

Fußballspezifische TE/TA Komponenten:

Stöger misst dem Zweikampfverhalten in 1 gegen 1 Situationen in Zukunft einen großen Stellenwert zu (Frage 1). Im Nachwuchs sieht er den Schwerpunkt auf koordinativen Elementen (Frage 2). Im technischen Bereich erkennt er nach oben hin sehr große Mangelercheinungen im österreichischen Fußball (Frage 10).

Kategorie 2: Trainer

Ressourcen:

Als Idealfall würde Stöger es bezeichnen „individuell und spezifisch“ zu trainieren, damit man ein Stärken und Schwächen einzelner Spieler bearbeiten kann. Der Trend muss seiner Meinung nach in Richtung Individualisierung gehen (Frage 2), wobei er den Einsatz von Spezialisten nicht im täglichen Trainingsbetrieb sieht, sondern diese nur in notwendigen Fällen hinzuzieht (Frage 3) und somit die Distanz der einzelnen Betreuer zur Mannschaft differiert (Frage 4).

Entwicklungsfähigkeit:

Stöger steht noch in der Ausbildung zum UEFA-Pro-Lizenztrainer, liest Fachlektüre und tauscht sich mit allen Kollegen unabhängig der von ihnen betreuten Mannschaften aus um am Puls der Zeit zu bleiben. Hospitationen sind laut ihm als aktiver Trainer schwer durchzuführen, da man mit dem täglichen Trainingsgeschäft konfrontiert ist (Frage 7).

Kategorie 3: Rahmenbedingungen

Vorstand/Präsidium/Sponsor/Finanzielles

Die Zielsetzung in Österreich sollte sich verändern um eine eigene Philosophie zu kreieren und sich endlich als Ausbildungsland im Fußball zu deklarieren, so Stöger (Frage 10). In Österreich sind jedoch Budgets für Verbesserungen rund um die Spieler und Trainer sehr gering bemessen, sodass hier großer Aufholbedarf besteht (Frage 2), wenn man bedenkt, das Manchester United 32 Leute im Scoutingprogramm beschäftigt hat, wohingegen wir nur einen einzigen „und das ist meist ein Trainer“ (Frage 7).

Infrastruktur/Verein:

Die Anlage seines letzten Arbeitsgebers sieht er als nicht Bundesliga tauglich an, da weder der Zustand noch die Anzahl der Trainingsfelder im ausreichenden Ausmaß für Nachwuchs und Kampfmannschaft vorhanden sind. Der Deklaration als Ausbildungsland sollten danach auch infrastrukturelle Anpassungen an die Trainingsarbeit durchgeführt werden (Frage 10).

6.3 Die generalisierende Analyse

In der generalisierenden Analyse werden die Erkenntnisse und Gemeinsamkeiten aus den Interviews zusammengefasst, wobei hier ausschließlich die übergeordneten Kategorien Spieler, Trainer und Rahmenbedingungen inhaltlich subsumiert werden.

6.3.1 Der Spieler

Schnelligkeit ist die entscheidende konditionelle Komponente eines Spielers, der auch in Zukunft Erfolg im Fußball haben möchte. Neben anderen konditionellen Eigenschaften tritt diese der Meinung aller Trainer augenscheinlich hervor, wobei aber auch ein Trend in Richtung Intensivierung der Athletik des Spielers geht, da viele Trainer auch in anderen Bereichen wie Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit noch Luft nach oben sehen. Nachdem Schnelligkeit zum größten Teil genetisch bedingt ist, wird die Anzahl jener, die diese Fähigkeit besitzen und zusätzlich noch jene hohen Anforderungen an ihr technisches Potenzial mitbringen immer geringer werden.

Neben jenen physischen Faktoren lag ein Schwerpunkt auf dem Willen, der mentalen Stärke, die notwendig sind um dem Druck im nationalen und internationalen Fußball widerstehen und um mit Rückschlägen umgehen zu können.

Dem österreichischen Fußballer, vor allem jenen der jüngeren Generation wird von fast allen Trainern eine schnelle Zufriedenheit mit dem Erreichten attestiert, die auch mit einer gesellschaftlichen Entwicklung einhergeht. Dieser schnellen Zufriedenheit, sowie die Erkenntnis niemals am Ziel angelangt zu sein, soll durch Übernahme von viel mehr Verantwortung für sich selbst entgegengearbeitet werden. Nahezu alle Trainer sehen in einem viel größeren Maß an Eigenverantwortung das größte Potenzial brach liegen. Den Spielern muss klar sein, dass ihr Körper ihr Kapital darstellt und sie hauptsächlich dafür verantwortlich sind es zu vermehren, indem sie natürlich unter Berücksichtigung der Hilfestellung des Trainers ständig versuchen, sowohl auch als auch außerhalb des Platzes, an ihren Stärken und Schwächen arbeiten.

Die technischen Ansprüche für internationales hohes Niveau sind in Österreich noch ungenügend ist die Meinung vieler Trainer, daher orientiert sich auch ihr Ziel Spieler zu schaffen, deren Technik dem hohen Spieltempo und der Enge des Raumes entsprechen, verweisen aber auch darauf, dass hier viel Wert auf eine gut ausgebildete Grundschule im Nachwuchsbereich gelegt werden muss.

6.3.2 Der Trainer

Der Trend im Trainerbereich geht eindeutig in Richtung Individualisierung bzw. Installierung von Spezialisten die viele Bereiche des Trainings abdecken. Ob diese jetzt in einem ständigen Team gemeinsam arbeiten oder nur in bestimmten Fällen hinzugezogen werden, bestimmt entweder der Trainer oder der finanzielle Rahmenplan. Offensichtlich ist es heute aufgrund der gesteigerten Anforderungen an das Sportspiel Fußball, sowie dessen Vielschichtigkeit und Differenziertheit seines Anspruchsprofils, einer einzelnen Person oder einem kleinen Betreuer team nicht mehr möglich, alle notwendigen Bereiche effizient abzudecken um auch auf lange Sicht hin erfolgreich zu sein.

Das heißt aber nicht, dass die Funktion eines Trainers nur mehr darin besteht Aufgaben zu delegieren und sich gemütlich auf der Arbeit und den daraus resultierenden Lorbeeren auszurasen, sondern er hat auch ständig dafür zu sorgen selbst auf dem aktuellsten Stand der Dinge zu sein. Die Bandbreite reicht hier von Fachlektüre über Videos und Hospitationen bis hin zu Spielbeobachtungen und dem Austausch mit anderen Trainerkollegen. Macht er das nicht, so bleibt er im schnelllebigen Fußballgeschäft auf der Strecke.

6.3.3 Die Rahmenbedingungen

Eindeutig ist die riesige Lücke die teilweise von Vereinseite zwischen dem Anspruchsdenken und der Realität klafft. Nahezu alle Trainer sind sich einig, dass es Österreich bzw. österreichischen Vereinen einfach nicht möglich ist mit der internationalen Spitze mithalten. Doch viel zu festgefroren sind offensichtlich die Gedanken der Verantwortlichen beim Verein in der Vergangenheit des österreichischen Fußballs. Viel zu viele finanzielle Ressourcen gehen in die falsche Richtung und zwar in die Taschen mittelmäßiger oder ausrangierter Spieler, anstatt wie von vielen gefordert die Bedingungen rund um die Mannschaft zu verbessern um somit einfach einen größeren Output aus den eigenen Reihen zu schöpfen und somit langfristig auch auf stabilen Beinen zu stehen. Infrastrukturelle Projekte sowie die Finanzierung wissenschaftlicher Bereiche bzw. die

Hinzuziehung von Spezialisten zur Verbesserung der bestehenden Mannschaftsteile spielen in den Augen der Fußballpräsidenten und Verantwortlichen eine sehr untergeordnete Rolle, was sich auch im dafür vorgesehenen budgetären Bereich augenscheinlich zeigt. Ein Umdenkprozess muss eingeleitet werden, der Österreich als Ausbildungsland deklariert und alle nach sich ziehenden Maßnahmen verlangt.

6.4 Zusammenfassung und Ausblick

Die Interviewauswertung zeigt uns, dass sich der Wandel des Fußballs noch lange nicht beendet ist und dass wir auch in Zukunft ein neues oder anderes Barcelona erwarten dürfen. Die Spieler werden immer mehr Athleten aus der Leichtathletik gleichen, sich aber doch in vielen Bereichen von ihnen unterscheiden, da der Fußball wie bereits einige Kapitel zuvor erwähnt die anspruchsvollste Sportart im Sport darstellt. Akzeptieren muss das österreichische Volk wohl auch offensichtlich, dass Cluberfolge auf der internationalen Bühne sicherlich vorkommen, doch diese eher Ausnahmeerscheinungen darstellen werden, genauso wie sie das bei anderen Österreich vergleichbaren Ländern tun. Um sich mit den Spitzenkräften im internationalen Fußball messen zu können mangelt es Österreich einfach an Geld und infrastrukturellen Einrichtungen. Ziel wird es über kurz oder lang, dass österreichische Spieler sich im Ausland etablieren und zu treibenden Kräften bei ihren Vereinen werden, damit sie dann als Einheit ein starkes österreichisches Nationalteam bilden, dass sich über kurz oder lang für Großereignisse qualifizieren könnte und dadurch auch den Stellenwert des österreichischen Fußballs heben würde, sowie es unsere Nachbarländer Schweiz, Kroatien oder Tschechien schon lange vormachen. Ihre nationalen Vereine sind europaweit maximal Mittelmaß, doch ihr Nationalteam steht weit über den Erfolgen derer Clubs!

7. Conclusio

Aus dieser Diplomarbeit und der Anstellung der notwendigen Untersuchungen mit dem Schwerpunkt auf die Laufumfänge bzw. die Laufintensitäten geht eindeutig hervor, dass sich der österreichische vom internationalen Fußball nicht in den Laufumfängen, sondern durch die unterschiedlichen Laufintensitäten unterscheidet. Der internationale Spitzenfußballer ist offensichtlich in der Lage längerfristig intensivere Läufe auf dem Platz zurückzulegen, was ihm nicht nur einen körperlichen Vorteil attestiert, sondern er ist auch in der Lage innerhalb dieses durch hohes Spieltempo und Schnelligkeit geprägtes Spiel im Gegensatz zum österreichischen Klubfußballer, mit der nötigen Technik zu agieren. Die Möglichkeit diesen Unterschied wieder wett zu machen, bedingt eine Anhebung des österreichischen Spielniveaus auf eine internationale Ebene, was aber leider aufgrund von finanziellen und infrastrukturellen Gegebenheiten schlichtweg nicht möglich ist. Österreich ist daher gezwungen einen anderen Weg, als jenen Erfolgreichen auf Klubebene einzuschlagen und muss sich mit der Tatsache abfinden, dass ständige Erfolge ausschließlich auf Nationalmannschaftsebene möglich sind, aber auch nur dann, wenn wir es schaffen österreichische Spieler in internationalen Topligen unterzubringen, wo sie bei ihren Vereinen wichtige Rollen einnehmen. Das wiederum erfordert einen Umdenkprozess auf Sponsor, Vorstands- und Vereinsebene. Österreichs einzige Chance ist es sich als Ausbildungsland zu deklarieren, denn Erfolge auf Klubebene werden die Ausnahme darstellen. Das Nationalteam wird in der Zukunft das einzige österreichische Aushängeschild darstellen und die Stärke des österreichischen Fußballs im internationalen Vergleich repräsentieren und dadurch seinen Stellenwert und sein Ansehen bestimmen.

Abstract

From this diploma thesis and their necessary analysis with the balance point of amount and intensity of runs it clearly emerges that there is no difference between Austrian and international soccer in amount of runs, but it shows a distinct difference regarding the intensity of runs. The international top soccer player has obviously the ability to cover long termed and intensive runs, which certifies him not only physical advantage but he is also able to show in contrast to the Austrian soccer player the necessary technical performance within this game coined with high pace and speed. The chance to equalize this difference accounts an increase of the Austrian playing level to an international one, which is due to financial and infrastructural conditions not possible. Austria is therefore forced to strike another path than that of the successful team level. Austria has to accept the fact that constant successes are only possible on national team level but only if we cope to situate

Austrian players to international teams, where they should take some leading roles. On the other hand that would require a process of reconsideration regarding level of sponsoring, management and association. The only chance of the Austrian soccer would be a declaration of development young players, because outcomes in club level will be an exception. The national team will in future be the only Austrian figurehead to represent the strength of the Austrian soccer in an international comparison and therefore assign his reputation and importance.

8. Literaturverzeichnis

- Asmus S. (1997). Koordinative Fähigkeiten – die Basis für den Fußball Teil 1. *Fußballtraining*, 19 (7+8), S. 48-56.
- Aziz, A.R. Tan, F. & Teh, K.C. (2005). Variation in Selected Fitness Attributes of Professional Soccer Players during a League Season. In T. Reilly, J. Cabri & D. Araujo (Hrsg.), *Science and Football V. The Proceedings of the Fifth World Congress on Science and Football* (S. 134-143). London: Routledge.
- Bangsbo, J. (1993). *The Physiology of Soccer – with Special Reference to Intense Intermittent Exercise*. Copenhagen: HO+Storm.
- Bangsbo, J. (1994). Physiological demands. In: B. Ekblom (Hrsg.), *Football (Soccer). Handbook of Sports Medicine and Science* (S. 43-58). Oxford: Blackwell Scientific Publications.
- Bangsbo, J. (2003). *Fitness training in soccer. A scientific approach*. Auburn: Reedswain.
- Bashokhaj, M. (2001). *Die Erstellung einer Testbatterie als Messinstrument zur Erfassung der konditionellen Fähigkeiten jordanischer Fußballspieler der Ersten Liga*. Marburg: Tectum
- Bate, D. (1996). Soccer Skill practice In: T. Reilly (Hrsg.), *Science and soccer* (S. 227-241). New York: Routledge.
- Bauer, G. (1992). Spielbeobachtung und Spielanalyse aus der Sicht des Trainers. In W. Kuhn & W. Schmidt (Hrsg.), *Analyse und Beobachtung in Training und Wettkampf* (S. 201-213). St. Augustin: Academia.
- Benedek, E. Palfai, J. (1980). *Fußball – 600 Übungen*. Berlin: Bartels & Wernitz KG.
- Biermann, C. & Fuchs, U. (2009) *Der Ball ist rund, damit das Spiel die Richtung ändern kann*. 6. Auflage. Köln: Kiepenheuer & Witsch
- Bisanz, G. & Gerisch, G. (1988). *Fußball*. Reinbek: Rowohlt.
- Bisanz, G. & Gerisch, G. (2008). *Fußball. Kondition, Technik, Taktik und Coaching*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Bischops, K. & Gerards, H.W. (2002). *Fußballkonditionstraining. Die neue Methode*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Bloomfield, J. Jonsson, K.G. Polman, R. Houlahan, K. & O'Donoghue, P. (2005). Temporal Pattern Analyses and its Applicability in Soccer. *Emerging Communication* 7, 237-252.
- Bloomfield, J. Polman, R. & O'Donoghue, P. (2009). Deceleration and turning movements performed during FA Premier League soccer matches. In T. Reilly & F. Korkusuz (Hrsg.), *Science and Football VI. The Proceedings of the Sixth World Congress on Science and Football* (S. 172-181). New York: Routledge.
- Bogdanis, G. Papaspyrou, A. Souglis, A. Theos, A. Sotiropoulos, A. & Maridaki, M. (2009). Effects of hypertrophy and a maximal strength training programme on speed, force and power of soccer players In T. Reilly & F. Korkusuz (Hrsg.), *Science and Football VI. The Proceedings of the Sixth World Congress on Science and Football* (S. 290-295). New York: Routledge.
- Bös, K. & Mechling, H. (1980). Definition und Messung der Beweglichkeit und ihr Zusammenhang mit sportmotorischen Testleistungen. *Sportunterricht*, 29 (12), 464-476.
- Brocherie, F. Morikawa, T. Hayakawa, N. Yasumatsu, M. (2005). Pre-season anaerobic performance of elite Japanese soccer players. In: T. Reilly, J. Cabri & D. Araujo (Hrsg.), *Science and Football V. The proceedings of the fifth world congress of science and football* (S. 144-154). New York: Routledge.
- Buttifiant, D. Graham, K. & Cross, K. (2002) Agility and speed in soccer players are two different performance parameters. In W. Spinks, T. Reilly & A. Murphy (Hrsg.), *Science and Football IV* (S. 329-340). New York, London: Routledge.
- Carr, T. (2006) *Fußball coaching perfekt*. München: Copress
- Coen, B. Urhausen, A. Coen, G. Kindermann, W. (1998). Der Fußball-Score: Bewertung der körperlichen Fitness. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 49 (6). 187-192.
- Dargatz, T. (1997). *Fußball. Konditionstraining 2. Koordination und Schnelligkeit*. München: Copress.
- Dargatz, T. (2001) *Fußball. Konditionstraining 1. Kraft und Schnelligkeit*. München: Sportinform.

- Dargatz, T. (2006) *Fußball Konditionstraining. Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit*. München: Copress.
- Dunbar, J. G. M. & Treasure, D.C. (2005). An analysis of fitness profiles as a function of playing position and playing level in three English Premier League soccer clubs. In T. Reilly, J. Cabri & D. Araujo (Hrsg.), *Science and football V. The proceedings of the fifth world congress on science and football* (S. 155-159). New York: Routledge.
- Di Salvo, V. Baron, R. Tschan, H. Calderon Montero, F.J. Bachl, N. & Pigozzi, F. (2007). Performance Characteristics According to Playing Position in Elite Soccer. *Journal of sports medicine*, 28, 222-227.
- Eberspächer, H. (1993) Sportpsychologie: Grundlagen – Methoden – Analysen. Hamburg: Rowohlt.
- Ehlenz, H. Grosser, M. Zimmermann, E. Zintl, F. (1995) *Krafttraining: Grundlagen, Methoden, Übungen, Leistungssteuerung, Trainingsprogramme*. München/Wien/Zürich: BLV
- Felderer, B. Grozea-Helmenstein, D. Helmenstein, C. Kleissner, A. Schnabl, R. & Treitler, R. (2005). *Fußball in Österreich*. Wien.
- Franks, I. & Miller, G. (1991). Training coaches to observe and remember. *Journal of Sports Sciences*, 9 (4), 285-297.
- Frick, U. Fichte, R. Schmidtbleicher, D. Stutz, R. und Willing, A. (1994). Sportspielspezifische Schnelligkeitsdiagnose. In: R. Brack, A. Hohmann & H. Wieland (Hrsg.), *Trainingssteuerung. Konzeptionelle und trainingsmethodische Aspekte*. (S. 266-271) Stuttgart: Nagelschmid.
- Geese, R. (1990). Konditionsdiagnose im Fußball. *Leistungssport*, 20 (4), 23-28.
- Grosser, M. (1991). *Schnelligkeitstraining – Grundlagen, Methoden, Leistungssteuerung, Programme*. München: BLV Verlagsgesellschaft.
- Grosser, M. Starischka, S. & Zimmermann, E. (2008). Das neue Konditionstraining. Sportwissenschaftliche Grundlagen, Leistungssteuerung und Trainingsmethoden, Übungen und Trainingsprogramme. München BLV.
- Horky, T. (2007). *Sport und Kommunikation Band 3. Die Fußball-Weltmeisterschaft 2006. Analysen zum Mediensport* (S. 7-12). Norderstedt: Books on Demand GmbH.
- Jakobs, J. (2003). *Zielgruppenspezifische Diagnostik und Steuerung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Fußball unter besonderer Berücksichtigung anaerober Leistungsmerkmale*. Köln: Sporthochschule Köln, Institut für Sportwissenschaften.
- Klee, A. & Wiemann, K. (2005). *Beweglichkeit und Dehnfähigkeit. Praxisideen 17*. Schorndorf: Hofmann.
- Kollath, E. (2000). *Fußball: Technik und Taktik 3. Auflage*. Aachen: Meyer und Meyer.
- Kuhn, W. (2005). Changes in Professional Soccer: A Qualitative and Quantitative Study In: T. Reilly, J. Cabri & D. Araujo (Hrsg.). *Science and Football V. The Proceedings of the Fifth World Congress on Science and Football* (S. 179-193). London & New York: Routledge.
- Little, T. & Williams, A. (2005). Specificity of acceleration, maximum speed and agility in professional soccer players. In T. Reilly, J. Cabri & D. Araujo (Hrsg.), *Science and football V. The proceedings of the fifth world congress on science and football* (S. 276-283). New York: Routledge.
- Lottermann, S. (1990). Konditionstraining mit Spielformen. *Fußballtraining*, 8 (5/6), 17-21.
- Loy, R. (1992). Eine vergleichende Analyse des individualtaktischen Verhaltens von Mannschaften verschiedenen Leistungsniveaus (Jugend- und Professionalbereich) In W. Kuhn & W. Schmidt (Hrsg.), *Analyse und Beobachtung in Training und Wettkampf* (S. 162-172). St. Augustin: Academia.
- Macho, M. (2001). *Zur Problematik der Akzeptanz informatischer Werkzeuge im Spitzensport am Beispiel Fußball*. Diplomarbeit. Universität Wien.
- Manolopoulos, E. Salonikidis, K. Malkogeorgos, A. & Papadopoulos, C. (2005). Der Einfluss von Spieleinsatz, Spielposition und einem speziellen Trainingsprogramm während der Vorwettkampfsaison auf die Ausdauerfähigkeit von Profifußballern. *Leistungssport*, 34 (3), 47-50.
- Martin, D. Carl, K. Lehnertz, K. (2001). *Handbuch Trainingslehre. 3 unveränderte Auflage*. Schorndorf: Hofmann.

- Mihailidis, H. Kotzamanidis, H. Chatzopoulos, D. Siatras, T. & Frick, U. (2002). Auswirkung eines Kombinationsprogramms aus Kraft- und Schnelligkeitstraining auf die Laufgeschwindigkeit von Fußballspielern. *Leistungssport*, 4 (1), 14-18.
- Mikos, L. (2007) Fußballweltmeisterschaft 2006 und Globalisierung – Das Ende der Vormachtstellung von Europa? In T. Horky (Hrsg.), *Sport & Kommunikation Band 3. Die Fußball-Weltmeisterschaft 2006. Analysen zum Mediensport* (S.21-37). Norderstedt: Books on Demand GmbH.
- Müller, L. & Lorenz, H. (1996). Computergestütztes Spielanalysesystem im Spitzenfußball. *Leistungssport*, 26 (1), 59-62.
- Nowacki, P.E. Krümmelbein, U. & Preuhs, M. (1992). Laktatverhalten von Fußballspielern im Training und Wettkampf im Vergleich zur maximalen Laktatazidose bei Fahrrad- und Laufbandspiroergometrie. In W. Kuhn & W. Schmidt (Hrsg.), *Analyse und Beobachtung in Training und Wettkampf. Beiträge und Analysen zum Fußballsport IV* (S. 33-51). St. Augustin :Academia.
- Odetoyinbo, K. Wooster, B. & Lane, A. (2009). The effect of a succession of matches on the activity profiles of professional soccer players. In T. Reilly & F. Korkusuz (Hrsg.). *Science and Football VI. The Proceedings of the Sixth World Congress on Science and Football* (S. 105-110). London und New York: Routledge.
- Peter, R. (2007) *Modernes Verteidigen. Stellenwert, Methodik und Strategie des ballorientierten Abwehrspiels*. 2. korrigierte Auflage. Münster: Philippka Sportverlag
- Pokan, R. Förster, H. Hofmann, P. Hörtnagl, H. Ledl-Kurkowski, E. & Wonisch, M. (2004) *Kompendium der Sportmedizin. Physiologie, innere Medizin und Pädiatrie*. Wien: Springer Verlag.
- Power, K.T.D. Dunbar, G.M.J. & Treasure, D.C. (2005). Differences in fitness and psychological markers as a function of playing level and position in two English Premier League football clubs. In T. Reilly, J. Cabri & D. Araujo (Hrsg.), *Science and Football V. The proceedings of the fifth world congress on science and football* (S. 129-133)New York: Routledge.
- Prioetti, R. (2003). *Komplexdiagnostik im Fußball an Hand sportphysiologischer und sportmedizinischer Kenngrößen. Vergleich einer österreichischen und italienischen Spitzenmannschaft im Nachwuchsfußball*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaften
- Rampinini, E. Impellizzeri, M.F. Castagna, C. Coutts, J.A. & Wisloff, U. (2009). Technical performance during soccer matches of the Italian Serie A league: Effect of fatigue and competitive level. *Journal of Science and medicine in sport*, 12 (1), 227-233.
- Randers, M. Jensen, J. Bangsbo, J. & Krstrup, P. (2009). Match performance and Yo-Yo IR2 test performance of players from successful and unsuccessful professional soccer teams. In T. Reilly & F. Korkusuz (Hrsg.). *Science and Football VI. The Proceedings of the Sixth World Congress on Science and Football* (S. 345-349). London und New York: Routledge.
- Reilly, T. (1996). Fitness Assessment. In. T. Reilly (Hrsg.), *Science and Soccer* (S. 25-47). New York: Routledge.
- Reilly, T. (2000). The physiological demands in soccer. In J. Bangsbo (Hrsg.), *Soccer & Science* (S.91-105). Copenhagen: Special-Trykkeriet Viborg a/s.
- Reilly, T. (2003). Motion analysis and physiological demands. In: T. Reilly, & M.A. Williams (Hrsg.), *Science and Soccer. Second Edition* (S. 59-72). New York: Routledge.
- Reinhold, T. (2008). *Leistungsdiagnostik im Fußball. Anforderungsprofil, Konditionstest, Diagnostik im Spitzenfußball*. Saarbrücken: Müller.
- Rostgaard, T. Iaia, F. & Banbsbo, J. (2009). The effect of short-term intense soccer-specific exercise on technical performance in soccer. In T. Reilly & F. Korkusuz (Hrsg.). *Science and Football VI. The Proceedings of the Sixth World Congress on Science and Football* (S.314-317). London und New York: Routledge.
- Sanderson, F. (1996). Psychology. In. T. Reilly (Hrsg.), *Science and Soccer* (S. 273-312). New York: Routledge.
- Sampaio, J. & Macas, V. (2005). Differences between football players sprint test performance across different levels of competition. In T. Reilly, J. Cabri & D. Araujo (Hrsg.), *Science and Football V. The proceedings of the fifth world congress on science and football* (S. 122-128)New York: Routledge.

- Schlumberger, A. (2006). Sprint- und Sprungkrafttraining bei Fußballspielern. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 57, 125-131.
- Schnabel, G. Harre, D. & Borde A. (1997). *Trainingswissenschaft. Leistung, Training, Wettkampf*. Berlin: Sportverlag.
- Schnabel, G. Harre, D. Krug, J. Borde, A. (2003) *Trainingswissenschaft. Leistung, Training, Wettkampf. 3. Auflage*. München: Sportverlag Berlin.
- Schöllhorn, W. (2004) Differenzielles Lehren und Lernen von Bewegung – Durch veränderte Annahmen zu neuen Konsequenzen In H. Gabler, U. Göhner & F. Schiebl (Hrsg), *Zur Vernetzung von Forschung und Lehre in Biomechanik, Sportmotorik und Trainingswissenschaft* (Schriften der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft Band 144, S. 125-135). Hamburg: Czwalina
- Stemper, T. (2003) *Lehrbuch Lizenziierter Fitness -Trainer*. Hamburg: SSV Verlag.
- Stiehler, G. Konzag, I. & Döbler, H. (1988). Theorie und Methodik der Sportspiele. Berlin: Sportverlag.
- Stolen, T. Chamari, K. Castagna, C. und Wisloff, U. (2005). Physiology of Soccer. *Sports Medicine*, 35 (6), 501-536.
- Svensson, M. & Drust, B. (2005). Testing soccer players. *Journal of Sports Science*, 23 (6), 601-618.
- Verheijen, R. (1999/2000). *Handbuch Fußballkondition*. Leer: Anton Lindemann.
- Weineck, J. (1997) *Optimales Training. 10. Auflage*. Balingen: Spitta.
- Weineck, J. (2004). *Optimales Fußballtraining*. Erlangen: Spitta.
- Weintritt, B. (2002). *Zum motorischen Belastungsprofil im modernen Fußball*. Salzburg: Universität Salzburg. Institut für Sport und Bewegungswissenschaften
- Wilson, J. (2009). *Inverting the pyramid*. London: Orion.
- Winkler, W. (1983). Spielerbeobachtung bei Fußballspielen im Zusammenhang mit Spielerpositionen, Spielsystem und Laufbelastung. *Leistungsfußball* 21 (6), 63-68.
- Winkler, W. (1985). Fußball analysiert. Hamburger SV gegen Inter Mailand (I). *Fußballtraining* 3 (9+10), S. 22-25).
- Zimmermann, K. (1998). Koordinative Fähigkeiten und Beweglichkeit. In K. Meinel, & G. Schnabel (Hrsg.), *Bewegungslehre – Sportmotorik* (S. 206-236). Berlin: Sportverlag.
- Zimbardo, P. G. (1995). *Psychologie*. Berlin Heidelberg New York: Springer-Verlag.
- Zintl, F. (1990). *Ausdauertraining*. München: Verlagsgesellschaft mbH.
- Zubillaga, A, Gorospe, G. Hernandez-Mendo, A. & Blanco-Villasenor, A. (2009). Comparative analysis of the high-intensity activity of soccer players in top-level competition. In T. Reilly & F. Korkusuz (Hrsg.). *Science and Football VI. The Proceedings of the Sixth World Congress on Science and Football* (S. 182-185). London und New York: Routledge.

9. Anhang

9.1 Internetquellen

- W1: EURO 2008 SA, Media Desk (29. Juli 2008). *Medienmitteilung – 76. Die Euro 2008 SA zieht Bilanz*. Zugriff am 6. März 2010 unter http://www1.de.uefa.com/MultimediaFiles/Download/MediaRelease/Competitions/MediaServices/73/54/31/735431_DOWNLOAD.pdf
- W2: <http://orf.at/> Wagner, Ch. *71 Minuten Ibrahimovic*. Zugriff am 29. März 2010 unter: http://sport.orf.at/euro2008/080611-569/?href=http%3A%2F%2Fsport.orf.at%2F%2F080611-569%2F578bigstory_txt.html
- W3: <http://www.soccerperformance.org/> Zugriff am 30. März 2010 unter
- W4: Lück, O (2008, 25. April). *Das Magazin*. *Der kleine Finger Gottes*. Zugriff am 17. April 2010 unter <http://74.125.77.132/search?q=cache:sXIIP9Q9LQwJ:dasmagazin.ch/index.php/der-kleine-finger-gottes/+Messi%3B+je+gr%C3%B6%C3%9Fer+der+Druck&cd=7&hl=de&ct=clnk&gl=at&client=firefox-a>
- W5: Böckem, J. (2001, 20. März). Spiegel online. *Vinnie Jones - Des Teufels Verteidiger*. Zugriff am 28. April 2010 unter <http://www.spiegel.de/sport/fussball/0,1518,119815,00.html>
- W6: www.focus.de Zugriff am 2. Oktober 2009 unter http://www.focus.de/sport/fussball/wm-2010/gerd-mueller-bomber-laeuft-sturm-gegen-dfb-angriff_aid_440056.html
- W7: <http://euro2008data.castrolindex.com/?language=de> Zugriff am 10. August 2008

9.2 Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Kleissner, A. (2006, 11. April). *Die wirtschaftliche Bedeutung des Sports*. Am Beispiel des österreichischen Fußballs und der Fußball-Europameisterschaft 2008. Zugriff am: 3.März 2010 unter <http://www.sportwissenschaft.de/fileadmin/AGSB/2006kleissner.pdf>

Abbildung 2: Komponenten der Leistungsfähigkeit des Fußballspielers (Weineck, 2004, S. 15)

Abbildung 3: Komponenten der Kondition des Fußballers (nach SCHMIDTBLECHER et. al. 1989, S. 7).

Abbildung 4: Strukturierung der Ausdauer nach verschiedenen Einteilungskriterien (Zintl, 1990, S. 31)

Abbildung 5: Teileigenschaften der Schnelligkeit und ihre Bedeutung für die Leistungsfähigkeit des Fußballers (Weineck, 2004, S. 378)

Abbildung 6: Wechselbeziehungen der drei Hauptformen der Kraft (Weineck, 2004, S. 201)

Abbildung 7: Faktoren die die Gewandtheit beeinflussen (Little & Williams, 2005, S. 281)

Abbildung 8: Auswirkungen der Beweglichkeit auf Faktoren der Leistungsfähigkeit des Fußballers (Reinhold, 2008, S. 20)

Abbildung 9: Techniken im Fußball (Bisanz & Gerisch, 2008, S. 321)

Abbildung 10: Psychologische Prozesse der Person-Umwelt-Beziehung (Eberspächer, 1987, S. 21)

Abbildung 11: Abbildung 15: Systematik der Aggressionskategorien im Fußballspiel (Bisanz & Gerisch, 2008, S. 505)

Abbildung 12: Sporttechnische Fertigkeiten und koordinative Fähigkeiten als integrativer Bestandteil des Leistungssystems (Schnabel et al, 2003, S. 118)

Abbildung 13: Mannschaftsformationen verschiedener Teams von 1873 – 1978 (Bangsbo, 1993, S. 15)

Abbildung 14: Pressingzonen (Bierbaum & Fuchs, 2009, S. 130)

Abbildung 15: Abbildung 15: Fifa Weltrangliste – Verlauf der Platzierung des österreichischen Nationalteams. Zugriff am 30.5. unter <http://de.fifa.com/associations/association=aut/ranking/gender=m/index.html>

Abbildung 16: Passverteilung Argentinien – Serbien Montenegro 2006 (ProZone)

Abbildung 17: Laufwege Paul Breitner 1981.

Abbildung 18: Interesse an Sportanalysesystemen in der höchsten österreichischen Fußballliga (Macho, 2001, S. 82)

Abbildung 19: Details von Bewegungsklassifikationskriterien (Bloomfield et al, 2005, S. 241)

9.3 Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Spielanalysesysteme und ihr Einsatz (Winkler, 1983, S. 65)

Tabelle 2: Durchschnittlich gelaufene Distanzen im Spiel und dazu verwendete Methoden (Bloomfield et al., 2005, S. 240)

Tabelle 3: Entwicklung der durchschnittlichen Laufleistungen im Fußball

Tabelle 4: Übersicht über die Sprintarbeit von Fußballspielern pro Distanzintervall

9.4 Diagrammverzeichnis

Diagramm 1: Veränderung der internationalen Laufleistungen

Diagramm 2: Veränderung österreichischer Laufleistungen

Diagramm 3: Vergleich nationaler und internationaler Laufleistungen

Diagramm 4: Diagramm 4: Zurückgelegte Distanzen in unterschiedlichem Tempo in Österreich (Vistrackanalyse, SK Rapid Wien – Red Bull Salzburg)

Diagramm 5: Zurückgelegte Distanzen in unterschiedlichem Tempo in den VAE (Verein anonym)

9.5 Fragenkatalog

Fußball im Wandel der Zeit – Die Veränderungen der physiologischen Anforderungen im Sportspiel Fußball

1. In welche Richtung werden sich die leistungsbestimmenden Faktoren des Fußballers (Anforderungsprofil) in Zukunft verändern/verschieben?
2. Inwieweit werden sich bei einer Veränderung des Anforderungsprofils die Überlegungen bezüglich der Trainingsgestaltung verändern?
3. Inwieweit befürworten sie die Zusammenarbeit zwischen Wissenschaften (Sportwissenschaften, etc.) und Fußball und welche Tendenzen erwarten sie für die Zukunft?
4. Wie stehen sie grundsätzlich einem großen Betreuerstab gegenüber um recht viele Felder des Bereichs Fußball abzudecken?
5. In welchen Bereichen des Fußballspielers sehen sie in Zukunft noch Entwicklungspotenzial – Unter dem Motto: Mein Körper ist mein Kapital?
6. Wie steht es um die Möglichkeiten in ihrem (aktuellen oder letzten) Verein die Veränderungen der trainingstechnischen Anforderungen umzusetzen (finanziell, logistisch, etc.)?
7. Wie bereiten sie selbst sich auf diese Veränderungen vor um ständig auf dem aktuellen Stand der Dinge zu sein (Hospitation bei anderen Vereinen, etc.)?
8. Was muss im österreichischen Fußball verändert werden um international wettbewerbsfähiger zu werden und in welchen Bereichen hinken „wir“ hinterher?
9. Sehen sie die Entwicklung im österreichischen Fußball auch als gesellschaftliches Problem?
10. Wo sehen sie vermeintliche Schwächen beim Übergang vom recht erfolgreichen österreichischen Nachwuchsfußball zum Kampfmannschaftsbereich?

9.6 Trainerdaten

SCHÖTTEL Peter, geb. 26. März 1967

Spielerstationen (Profi): SK Rapid Wien (1986 – 2001), 63 Einsätze im österreichischen Nationalteam (2 WM-Teilnahmen 1990 und 1998)

Trainerstationen: Nachwuchsleiter SK Rapid (2001-2003) ,Wiener Sportklub Wienstrom (Regionalliga Ost, 2008/2009)

Weitere Stationen im Fußball:

Sportmanager bei SK Rapid Wien (2003-2006)

TV- Analytiker für den ORF (seit 2006)

Trainererfolge:

1x Meister der Wiener Stadtliga (2005/2006)

HICKERSBERGER Josef, geb. 27. April 1948

Spielerstationen (Profi): FK Austria Wien, Kickers Offenbach, Fortuna Düsseldorf, SSW Innsbruck, SK Rapid Wien, 39x österreichisches Nationalteam (u.a.3:2 Österreich-Deutschland in Cordoba)

Trainerstationen: Österreichisches U21-Team (1987), Österreichisches A-Nationalteam (12/1987 – 9/1990), Fortuna Düsseldorf (1991), FK Austria Wien (1993/94), Al Ahli Manama (Bahrain 1995-1997), Bahrainische Fußballnationalmannschaft (1996), Arab contractors (Ägypten 1997-1999), Al Sha'ab (VAE, 1999/2000), Al Wasl (VAE, 2000/2001), Al Ittihad (Katar, 2001/2002), SK Rapid Wien (12/2002 – 12/2005), Österreichisches A-Nationalteam (1.1.2006 – 23.6.2008), derzeit Al Wahda (Abu Dhabi, seit 10.12.2008)

Trainererfolge:

1x Teilnahme an der Fußballweltmeisterschaft 1990 in Italien

1x Österreichischer Vizemeister 1994 (Austria Wien)

1x Österreichischer Pokalsieger 1994 (Austria Wien)

1x Österreichischer Supercupsieger 1994 (Austria Wien)

1x Bahrainischer Meister 1996 (Al Ahli)

1x Katarischer Meister 2002 (Al Ittihad)

1x Katarischer Pokalsieger 2002 (Al Ittihad)

1x Österreichischer Meister 2005 (SK Rapid Wien)

1x Teilnahme an der UEFA-Championsleague 2005/2006 (SK Rapid Wien)

1x Teilnahme an der Fußballeuropameisterschaft Österreich/ Schweiz 2008

HICKERSBERGER Thomas, geb. 21. August 1973

Spielerstationen (Profi): Vorwärts Steyr, SV Bregenz, VfB Admira Wacker Mödling, SV Austria Salzburg, Floridsdorfer AC, Wiener Sportklub, First Vienna FC

Trainerstationen: Spielender Co-Trainer Wiener Sportklub (2004-2006), Co-Trainer First Vienna FC (2007-2010)

RUTTENSTEINER „Willi“ Willibald, geb. 12. November 1962

Spielerstationen (Profi): Union Wolfersdorf, SK Amateure Steyr, Union Vöcklabruck, FC Union Wels

Trainerstationen: U18 Trainer im BNZ FC LINZ (1995-1996), Co-Trainer FC Linz (1996-1997), Trainer FC Linz (1997-1998), Sportlicher Leiter BNZ OÖ LASK Linz und Nachwuchskoordinator des ÖFB (1998-1999), Sportkoordinator und U21-Teamchef (1999-2005), ÖFB - Sportkoordinator (1999-2001), Technischer ÖFB-Direktor (seit 1.7.2001), Projektleiter Challenge 2008 (seit 2003), Chefscout österreichische Nationalmannschaft (2006-2008), Sportliche Verantwortung über das A-Team in den WM-Qualifikationsspielen gegen England und Nordirland (2005)

HERZOG Andreas, geb. 10. September 1968

Spielerstationen (Profi): SK Rapid Wien, FC Vienna, Werder Bremen, Bayern München, Los Angeles Galaxy

Trainerstationen: Co-Trainer des österreichischen Nationalteams (2006 – 2.3.2009); Trainer des österreichischen U21-Nationalteams (seit 2009)

Erfolge:

- Österreichischer Rekordnationalspieler (103 Länderspieleinsätze)
- UEFA-Cup-Sieger 1995/96
- Deutscher Meister 1993
- Deutscher Pokalsieger 1994 und 1999
- 2 WM-Teilnahmen (1990 und 1998)
- Österreichischer Meister 1986/87 und 1988/89
- Österreichischer Fußballer des Jahres 1992

SCHINKELS Frenkie, geb. 9. Januar 1963

Spielerstationen (Profi): Halmstads BK, AZ Alkmaar, Excelsior Rotterdam, Salzburger AK 1914, Wiener Sportklub, FK Austria Wien, SV Spittal/Drau, SK VOEST Linz, VSE St. Pölten, SV Austria Salzburg, SV Gerasdorf

Trainerstationen: SC Stattersdorf (1995), SC Harland (1995), FC Sturm 19 St. Pölten (1995-1998), Kremser SC (2001), ASK Kottingbrunn (2002), SKN-St. Pölten (2002-

2004), FK Austria Wien (2004-2006), 1.FC Vöcklabruck (2007-2008), SK Austria Kärnten (2008-..)

Erfolge:

- Österreichischer Meister (2006; Austria Wien)
- Österreichischer Cupsieger (2005 und 2006, Austria Wien)

JANESCHITZ Thomas, geb. 22. Juni 1966

Spielerstationen (Profi): Wiener Sportclub, Kremser SC, Wiener Sportclub, FC Tirol Innsbruck, Austria Wien

Trainerstationen: Rapid Wien Spezialtrainer U9-U14 (1998-2001), VfB Admira Wacker Mödling AKA U19 (2001-2002), Austria Wien FSA U17 – 1 Jahr; FSA U19 – 2 Jahre; (2002-2005), 2005 Assistenztrainer von Stöger/Schinkels im Doublejahr der Kampfmannschaft, Austria Amateure (2006-2008), seit 1.1.2009 Leiter der Trainerausbildung im ÖFB

Erfolge

- Österreichischer Cupsieger (1988)
- Österreichischer Zweitligameister (1989)
- 1 Einsatz im österreichischen A-Nationalteam
- Inhaber der UEFA-Pro-Lizenz
- Abgeschlossenes Lehramtstudium für Leibeserziehung und Mathematik

PROSENIK Christian, geb. 7. Juni 1968

Spielerstationen (Profi): FK Austria Wien, Austria Salzburg, SK Rapid Wien, TSV-1860 München, Austria Wien, FC Vienna, Wiener Sportklub

Trainerstationen: SVS Nachwuchsleiter (2003-2005), SV Schwechat (2004-2005), Trainer Rapid AKA U-19 (2005-2010)

Erfolge:

- 24 Einsätze im österreichischen Nationalteam
- Österreichischer Meister (FK Austria Wien 1991, 1992, 1993)
- Österreichischer Cupsieger (FK Austria Wien 1990, 1992, 1994)
- Österreichischer Supercupsieger (FK Austria Wien 1990, 1991, 1992, 1993, 1994; Casino Salzburg 1995)

CONSTANTINI „Didi“ Dietmar, geb. 30. Mai 1955

Spielerstationen (Profi): FC Wacker Innsbruck, ESV Austria Innsbruck, SSW Innsbruck, Linzer ASK, SPG Raika Innsbruck, Kavala (Griechenland), FC Union Wels, Favoritner AC, Wiener Sportklub

Trainerstationen: Co-Trainer Wiener Sportclub, Co Trainer von Walter Skocik bei Al Ittihad Jeddah (Saudiarabien), Co-Trainer von Hans Krankl bei Rapid Wien (Juni 1989 – Mai 1991), U21 Teamchef und Assistent von ÖFB- Teamchef Alfred Riedl (1991-1992), interimistischer Teamchef (Okt.- Nov. 1991 und Nov. 1992); Co-Trainer von ÖFB- Teamchef Ernst Happel (Jan. – Nov. 1992), LASK (1993), Admira Wacker (1993-1995), FC Tirol Innsbruck (1995-1997), FSV Mainz 05 (1997-1998), Assistent von ÖFB-Teamchef Otto Baric (1999-2001), FK Austria Wien (2001-2002), Sportdirektor SV Salzburg (2002-2003), Sportdirektor und Trainer FC Kärnten (Herbst 2003), FC Superfund (Frühjahr 2006), FC Superfund (2006-2007), FK Austria Wien (Frühjahr 2008), ÖFB-Teamchef (seit 4.3.2009)

Erfolge:

- Österreichischer Meister (SSW Innsbruck 1975, 1977))
- Österreichischer Cupsieger (SSW Innsbruck 1977)

SEGRT Petar, geb. 8. Mai 1966

Spielerstationen (Profi): u.a. FV Calw, VFR Hirsau, FC Walldorf, SV Waldhof Mannheim Amateure

Trainerstationen: FV Calw B-Jugend (1983-1987), SV Waldhof Mannheim Co-Trainer Amateure (12/92-11/93), VfL Bochum A-Jugend und Co-Trainer Amateure (1996-1997), MSV Duisburg A-Jugend, Co-Trainer Amateure und Trainerstab Profis (1997-2000), SV Waldhof Mannheim Amateure und Co-Trainer bei den Profis (2000-2001), DSV Leoben Trainer und Vereinsmanager (09/01-01/03), SV Josko Ried (06/03-12/03), Wiener Sportklub Trainer und Vereinsmanager (06/04-01/06), Georgischer Fußballverband, Scout, U-21 Trainer, A-Nationalteamchef, Technischer Direktor (07/06-04/09)

KÜHBAUER 'Didi' Dietmar, geb. 4. April 1971

Spielerstationen (Profi): VfB Admira Wacker Mödling (1987-1992), SK Rapid Wien (1992-1997), Real Sociedad (1997-2000), VfL Wolfsburg (2000-2002), SV Mattersburg (2002—2008)

Trainerstationen: FK Trenkwalder Admira Wacker Amateure (2008-...)

Erfolge:

- Österreichischer Meister 1996 (SK Rapid Wien)
- Österreichischer Cupsieger 1995 (SK Rapid Wien)
- Europacupfinale 1996 (SK Rapid Wien)
- WM-Teilnahme 1998 (Frankreich)

- 55 Einsätze in österreichischen A-Nationalteam
- Krone Fußballerwahlsieger 1996, 1997, 1998, 2003, 2004, 2005

DAXBACHER KARL, geb. 15. April 1953

Spielerstationen (Profi): Austria Wien (1971-1985), Kremser SC (1985-1986)

Trainerstationen: ASV Statzendorf, Kremser SC, SV Würmla, SV Horn, SKN St.Pölten (1999-2002), Austria Amateure (2002-2006), LASK Linz (2006-2008), Austria Wien (2008-?)

Erfolge:

- 7x Österreichischer Meister
- 4x Österreichischer Pokalsieger
- 1x Finale im Europapokal der Pokalsieger (Austria Wien, 1978)
- TRAINER:
- 1x Meister der Regionalliga Ost 2005 (Austria Amateure)
- 1x Meister der Ersten Liga 2007 (LASK Linz)
- 1x Österreichischer Pokalsieger 2009 (Austria Wien)

STÖGER Peter, geb. 11. April 1966

Spielerstationen (Profi): Favac (1985-1986), SK Vorwärts Steyr (1986-1987), First Vienna FC 1894 (1987-1988), FK Austria Wien (1988-1994), FC Tirol Innsbruck (1994-1995), SK Rapid (1995-1997), LASK Linz (1997-1998), FK Austria Wien (1998-2000), VfB Admira Wacker Mödling (2000-2002), SC Untersiebenbrunn (2002-2004), FK Austria Amateure (2004)

Trainerstationen: FK Austria Wien (Trainer und Sportdirektor 2005-2006), First Vienna FC 1894 (Sportdirektor und Trainer 2007-?)

Erfolge:

- 4x Österreichischer Meister (1991, 1992, 1993 mit Austria; 1996 mit Rapid)
- 3x Österreichischer Pokalsieger (1990, 1992, 1994)
- TRAINER:
- 2x Österreichischer Pokalsieger (2005, 2006 Austria Wien)
- 1x Österreichischer Meister (2006, Austria Wien)
- 1x Meister der Regionalliga Ost (2009, First Vienna FC 1894)

10. Lebenslauf

Persönliche Daten:

Name:	Alfred Niefergall
Geburtsdatum:	3. August 1978
Geburtsort:	Kittsee
Familienstand:	Verheiratet mit Ursula Niefergall
Aufgewachsen:	Berg bei Wolfsthal
Staatsangehörigkeit:	Österreich
Wohnsitz:	Mannswörtherstraße 63, 2320 Mannswörth

Ausbildung:

Seit 1.10.2007	Lehramtstudium UF Bewegung und Sport UF Geschichte, Sozialkunde und politische Bildung
2000 – 2007	Lehramtstudium Leibeserziehung und Geographie und Wirtschaftskunde
1992 – 1997	Bundeshandelsakademie in Bruck an der Leitha
1988 – 1992	Bundesrealgymnasium in Bruck an der Leitha
1984 – 1988	Volksschule Berg bei Wolfsthal

Weiterbildung:

2006	Nachwuchstrainerausbildung Wiener Landesverband
2007	Landesverbandstrainerausbildung Wiener Landesverband
2008	UEFA – B – Lizenz Fußballtrainerausbildung in Lindabrunn
2009	UEFA – A – Lizenz Fußballtrainerausbildung in Lindabrunn/ Faak am See

Mannswörth, 26.6.2010